

PARAPLÉGIE



AUTOFOCUS

Travail

Retour à la vie active

6 INSERTION PROFESSIONNELLE
Silvano Buob a réussi l'impossible

20 RENCONTRE
La tétraplégie de Paul Hintermann ne se voit pas

26 ANNIVERSAIRE
Orthotec innove depuis 25 ans

« J'ai terminé mon apprentissage. Ma vie va commencer. »

Mélanie, 20 ans, envisage de passer un an à l'étranger.

En cas de coup dur,
un montant de soutien de
CHF 250 000.-

en cas de paralysie médullaire consé-
cutive à un accident, avec dépendance
permanente du fauteuil roulant

Une souscription unique – une prévoyance à vie

Devenez dès maintenant membre permanent

Où que vous soyez dans le monde et quelle que soit votre situation, vos avantages demeurent toujours les mêmes. En tant que membre permanent, vous versez **une fois CHF 1000.-** et recevez CHF 250 000.- en cas de coup dur, à savoir en cas de paralysie médullaire consécutive à un accident avec dépendance permanente du fauteuil roulant.

Un seul paiement, pour une affiliation à vie: www.devenir-membre-permanent.ch



Fondation
suisse pour
paraplégiques



Chère bienfaitrice, cher bienfaiteur,

La Fondation suisse pour paraplégiques s'appuie sur un réseau de prestations unique en son genre et regroupe des professionnels d'horizons très divers, la clé de son succès. En 2018, le Groupe suisse pour paraplégiques a en outre accueilli en son sein Active Communication. La vocation de cette nouvelle filiale? Faciliter la communication grâce au numérique en l'appliquant à des moyens auxiliaires permettant aux personnes porteuses d'un handicap de communiquer avec leur environnement, de solliciter telle ou telle prestation et de travailler de façon autonome. Vivement le 9 novembre: le grand public pourra venir festoyer avec Active Communication qui soufflera ses 20 bougies sur le campus de Nottwil (cf. p. 30).

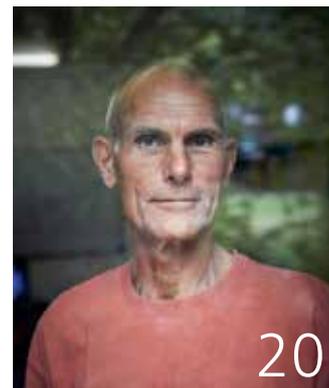
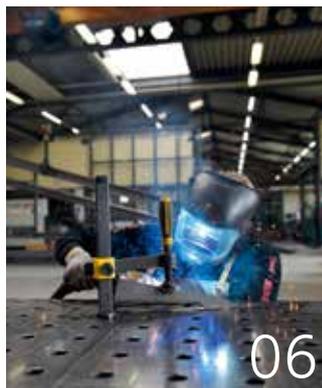
La densification des coopérations et réseaux entre spécialistes est appelée à acquérir de plus en plus d'importance pour l'avenir de notre groupe. D'où la participation du Centre suisse des paraplégiques au premier réseau de traumatologie mis sur pied en Suisse qui fédère et structure les compétences de neuf hôpitaux de Suisse centrale. Ce réseau entend augmenter encore davantage les chances de survie des grands blessés (lire page 29). De même, les coopérations nouées par la Recherche suisse pour paraplégiques avec différentes grandes écoles jouent, elles aussi, un rôle décisif.

Par ailleurs, la Fondation entretient le dialogue avec le monde politique. En effet, cadre légal et conditions-cadres influent sur nos conventions. Aussi la Fondation s'est-elle dotée d'une nouvelle commission consultative présidée par la conseillère nationale Andrea Gmür. Cette commission est vouée à devenir une plateforme d'échanges pour les politiciens de toutes les obédiences et à faire réfléchir sur la question de savoir comment faire entrer la thématique de la rééducation intégrale des blessés médullaires dans le débat sur la santé et le social.

Merci pour votre fidélité et votre soutien.

D^r jur. Joseph Hofstetter

Directeur de la Fondation suisse pour paraplégiques



Autofocus

- 6 **INSERTION PROFESSIONNELLE** Silvano Buob fait l'apprentissage de ses rêves. Il montre que bien des choses a priori impossibles sont possibles.
- 11 **JOB MATCHING** Quel métier pour moi?
- 12 **COACHING** Retour à la vie active: un chemin plus facile à parcourir quand on se fait aider.
- 13 **PARASCHOOL** À Nottwil, les patients adolescents bénéficient d'un soutien scolaire individuel.
- 14 **PARAWORK** Un jalon majeur de la réadaptation. Des solutions sur mesure aident les blessés médullaires à se réinsérer sur le marché du travail.
- 17 **COLOCATION RÉADAPTATIVE** Grâce à un projet innovant, des jeunes venant d'entrer dans la vie active s'entraînent à l'autonomie.
- 18 **GUIDE PRATIQUE** Petit mode d'emploi à l'intention de tous ceux qui sont à la recherche d'un travail.
- 19 **DIGRESSION** La valeur du travail.

Pôle de compétence

- 20 **RENCONTRE** Paul Hintermann a retrouvé l'usage de ses jambes. Pourtant, sa nouvelle vie est tout sauf simple.
- 26 **LES 25 ANS D'ORTHOTEC** Notre filiale n'en finit pas d'innover. Dans cinq domaines différents.
- 29 **RÉSEAU DE TRAUMATOLOGIE** Le premier regroupement suisse de neuf hôpitaux permet une prise en charge optimisée des grands blessés.
- 30 **ACTIVE COMMUNICATION** L'autodétermination par la communication: cette filiale de la Fondation suisse pour paraplégiques est née il y a vingt ans.
- 32 **AUJOURD'HUI J'AI ÉTÉ UTILE** Kurt Galliker est le Géo Trouvetou de Nottwil.
- 4 **CAMPUS DE NOTTWIL**
- 33 **REMERCIEMENTS**
- 34 **À VENIR**

22

C'est le nombre de personnes qui ont été reçues à l'examen d'ambulancier en juillet, après avoir été formées par Sirmed, l'Institut suisse de médecine d'urgence à Nottwil.

Félicitations !

 www.sirmed.ch

Beaucoup de blessés médullaires travaillent

D'après les statistiques de la Recherche suisse pour paraplégiques, en Suisse, 53 % des paraplégiques exercent une activité lucrative, un taux d'un tiers plus bas environ que celui de la population totale. En revanche, la Suisse est largement au-dessus de la moyenne si on compare avec le reste du monde où seulement 37 % des blessés médullaires travaillent.

 www.paraplegie.ch/spf

Andrea Gmür présidera la nouvelle commission consultative

Résolue à améliorer la condition des blessés médullaires, la Fondation suisse pour paraplégiques entend renforcer le dialogue avec le monde politique. En 2019, une commission politique de 14 conseillers nationaux et aux États de toutes les familles politiques a été créée. « Le Groupe suisse pour paraplégiques sait bien de quels appuis les personnes touchées ont besoin. Je veux peser de tout mon poids pour relayer ce savoir à l'échelon politique et pour que les milieux politiques en tiennent compte », a déclaré la nouvelle présidente de la commission, Andrea Gmür, conseillère nationale PDC.



« Nous augmentons nos capacités de prise en charge en aiguë. »

Hans Peter Gmünder, directeur du CSP

À partir de janvier 2020, un nouveau bâtiment fera une large place à la prise en charge des blessés médullaires en médecine aiguë afin de faire profiter le plus grand nombre de l'expérience dont Nottwil est dépositaire.

 La prochaine (et 4^e édition 2019 de « Paraplégie ») mettra ce vaste projet en perspective.



© Chang-Ho Narinx

Une invention locale suscite un vif intérêt à l'échelle mondiale

Une équipe de tournage américaine a déniché un ancien patient du CSP dans le pays de Fribourg. « National Geographic » a rencontré le Romand Sebastian Tobler dans le cadre d'une série de clips à l'international à propos des innovations dans le domaine électrique. L'ingénieur tétraplégique, qui a quitté le Centre suisse des paraplégiques en 2014, s'était mis en tête de développer un vélo muni d'une force motrice électrique pour stimuler les jambes des blessés médullaires. Cinq ans après : sortie de 50 trikes de la société GBY, avec le soutien du Centre d'innovation pour les technologies d'assistance (IAT). Dans le monde entier, l'intérêt que cela suscite est vif.

 www.nationalgeographic.com/electricearth



© Helke Steinweg

Événement littéraire avec Marion Poschmann

Marion Poschmann en est déjà au 5^e tirage de « Die Kieferninseln » en un an. D'une légèreté et d'une profondeur qui vont droit au cœur, ce roman sur le Japon nous emmène à la rencontre de Matsuo Bashō, grand rénovateur du poème court japonais et de son disciple, avec son « Manuel complet de suicide » dont il ne se sépare jamais. Nourrie de vie et de littérature nippones, l'auteure sélectionnée pour le prix du livre allemand 2017 en lira des extraits à Nottwil.

Événement littéraire

27 novembre, 19 h 30
Bibliothèque au Guido A. Zäch Institut, entrée libre

i Renseignements
T 041 939 57 78

92 %

C'est le pourcentage de patients qui recommanderaient le Centre suisse des paraplégiques.

Source : sondage de satisfaction réalisé auprès des patients en 2018



© Swiss Handicap AG

Swiss Handicap 2019

Cette année, le salon national à Lucerne entend proposer des réponses aux questions en lien avec la vie active. Comment trouver un emploi quand on est en situation de handicap ? Où se renseigner ? Vaste espace d'exposition et d'information avec programme sportif et divertissant très varié pour tous – valides ou non. À ne pas manquer.

Swiss Handicap, 29–30 novembre, Messe Luzern

i Billet gratuit pour les lecteurs de « Paraplégie »
Téléchargement : www.swiss-handicap.ch
Indiquer le code 0103 5524 0044 4171

SWISS HANDICAP



© Sigg Fotografie

Cinq médailles pour Licia Mussinelli

Cinq courses, cinq médailles : voilà l'impressionnant bilan de Licia Mussinelli de Derendingen (SO) aux championnats du monde juniors qui se sont tenus à Nottwil. La jeune championne du monde en titre n'a pas cédé sa place depuis 2017 au 1500 mètres. Elle est en plus allée chercher deux fois l'argent (100 et 200 m) et deux fois le bronze (400 et 800 m). Le public a pu assister à huit records du monde aux Nottwil 2019 World Para Athletics Junior Championships.

i www.nottwil2019.ch

CAS D'ÉCOLE

Une fausse piste

Venu en consultation à l'ambulatorio du CSP car son médecin traitant supposait qu'il souffrait d'une hernie discale, Monsieur L., 56 ans – contraint d'utiliser une sonde pour uriner depuis des semaines, et en fauteuil roulant – avait des spasmes. Ne pouvant confirmer l'hypothèse diagnostique de hernie discale et vu les symptômes du patient, les spécialistes de Nottwil lui font passer des examens interdisciplinaires. Verdict : une tumeur au niveau du rachis qui comprime la moelle épinière.

Il faut opérer la tumeur et stabiliser son dos, un exercice d'une grande complexité. Les problèmes de Monsieur L. étaient dus à une métastase d'une tumeur siégeant dans la glande thyroïde, la biopsie est sans équivoque. Donc direction le service d'oncologie de l'hôpital de Lucerne, puis retour au CSP en rééducation pour que Monsieur L. se remette de sa parésie.

Un an après, les nouvelles que reçoit le CSP sont plus que bonnes : Monsieur L. remarque, il va bien.

i www.paraplegie.ch/colonne-vertébrale



L'aide-mécanicien en fauteuil roulant, à sa propre table de soudure adaptée à ses besoins.

Insertion professionnelle

Un apprenti comme les autres

L'insertion sur le marché du travail des personnes en fauteuil roulant est un réel défi. Après mille et une épreuves, c'est bien parti pour Silvano Buob qui montre que bien des choses a priori impossibles sont possibles, pourvu qu'on soit inventif.

« Si c'était à refaire, je le referais tout de suite », assure Urs Kurmann, chef d'une entreprise familiale d'une bonne cinquantaine de collaborateurs à Ruswil (LU), qui forme huit apprentis, dont Silvano Buob. « Silvano fait du bien à notre entreprise. » Parfois, les clients écarquillent les yeux à la vue du jeune homme de 21 ans qui va et vient entre les grosses machines agricoles dans la halle de montage. Même si l'agilité du jeune paraplégique, qui fait pleinement partie de l'équipe, saute aux yeux.

« Pour nous, c'était important que Silvano soit traité comme les autres, qu'il fasse d'entrée de jeu tout ce que les apprentis font », explique le patron. En fauteuil roulant, Silvano est opérationnel partout dans cette entreprise bien établie. Il a toujours le cœur à l'ouvrage, quelles que soient les tâches qui lui sont confiées. D'ailleurs, cet été, il a fini son apprentissage d'aide-mécanicien qui a duré deux ans en beauté. Sa note ? 5,3. Grâce à ce bon résultat, il va pouvoir enchaîner et faire un apprentissage supplémentaire de deux ans seulement chez Kurmann pour devenir mécanicien de production, ce qui lui permettra d'obtenir un diplôme fédéral plus qualifiant.

Nouvelle approche axée sur la solution

S'il a pu suivre un parcours professionnel aussi spécifique, c'est aussi parce que l'assurance-invalidité (AI), son employeur, l'office cantonal de la formation professionnelle, sa famille et le Centre suisse des paraplégiques (CSP) étaient dans une démarche volontaire, axée sur la solution.

En général, les blessés médullaires ont un travail de bureau. Pour les gens qui sont doués pour la mécanique, les organismes payeurs n'ont bien souvent que des emplois protégés à proposer. « À l'atelier pour handicapés, ça ne m'a pas du

tout plu », explique Silvano au sujet de son stage de découverte. Il rêvait d'être mécanicien auto. Comme ce n'était pas adapté à quelqu'un en fauteuil roulant, il a opté pour un apprentissage dans la mécanique tout à fait normal comme tous ses collègues. Puis, il s'est retrouvé confronté à un choix : accepter ou non une vie d'assisté.

Ne souhaitant pas le voir faire ce choix, sa famille a demandé conseil à ParaWork, un service du CSP de Nottwil, qui a constaté que ce jeune homme bien sympathique aurait certes du pain sur la planche pour se remettre à niveau, mais qu'un apprentissage de mécanicien de production était envisageable, moyennant un soutien adéquat. Les pourparlers avec l'AI, le CSP et la famille de Silvano ont alors débouché sur une « année d'immersion » pendant laquelle il a rat-

« Silvano est traité comme les autres dans notre entreprise. » Urs Kurmann

trapé les contenus scolaires qu'il fallait, et amélioré ses aptitudes manuelles, aidé par ParaWork.

Une entreprise rompue à la formation d'apprentis

ParaWork et les Buob se sont mis à chercher une place d'apprentissage. L'expérience de la société Kurmann Technik AG, rompue à la formation d'apprentis, a permis de faire émerger une solution : un mix entre deux apprentissages plus brefs de façon à ce que le jeune apprenti ne tombe pas dans le surmenage, physique ou scolaire.

« Avant de commencer son apprentissage, Silvano est venu en stage chez nous. Pour voir », ajoute Urs Kurmann. « Nous avons opté pour un



Urs Kurmann, patron et gérant d'une entreprise spécialisée dans le domaine de la technologie machines, en particulier machines agricoles.

Grâce à son fauteuil roulant réglable en hauteur, Silvano Buob peut atteindre tous les rayonnages dans la réserve.

temps partiel de 80% afin qu'il puisse prendre des pauses plus longues et continuer ses thérapies et cours de soutien à Nottwil. »

Urs Kurmann estime que ce stage a été un facteur de succès très important. On ne s'est pas précipités, on s'est ménagé de la marge en cas d'imprévu et on a communiqué ouvertement avec le personnel. « Tous les collaborateurs ont été impliqués dès le début pour fixer les contours de la formation de Silvano. » Ils auraient pu refuser, mais tous étaient pour qu'on fasse un essai.

« de l'adrénaline pure »

Pourtant, à l'époque, peu avant le début de son apprentissage, il a fallu qu'il se fasse opérer de la colonne vertébrale. Cette intervention aurait pu tout remettre en question. Serait-il en mesure d'avoir un travail aussi physique? Il y en a plus d'un qui aurait baissé les bras. Silvano, lui, a fait preuve d'une grande ténacité. Il a même repris ses cours de soutien alors qu'il était encore alité à Nottwil, et son apprentissage a été repoussé d'un an.

Il y a eu des moments de doute, à cause de mauvaises notes çà et là. Mais, avec son coach à Nottwil, il a toujours su se ressaisir. Alors, c'est dire si la joie a été grande quand il a eu terminé son apprentissage. « Pour ce genre de parcours, c'est de l'adrénaline pure. C'est pour ça qu'on travaille », dit Peter Senn, le coach ParaWork de Silvano qui s'est énormément impliqué pour que celui-ci puisse faire une « année d'immersion » avant de commencer son apprentissage, et qui l'a suivi tout au long de son apprentissage.

Peter Senn a aussi épaulé l'entreprise d'Urs Kurmann; vu que ce n'était pas un apprentissage standard, cela a été plus lourd à gérer avec les différentes administrations et assurances sociales. Et il en a profité pour sensibiliser les employés, formateurs et enseignants du technique aux besoins spécifiques des blessés médullaires. Car il n'est pas rare qu'un essai de réinsertion échoue par manque d'information, les malentendus s'accroissent et tout le monde est vite débordé.

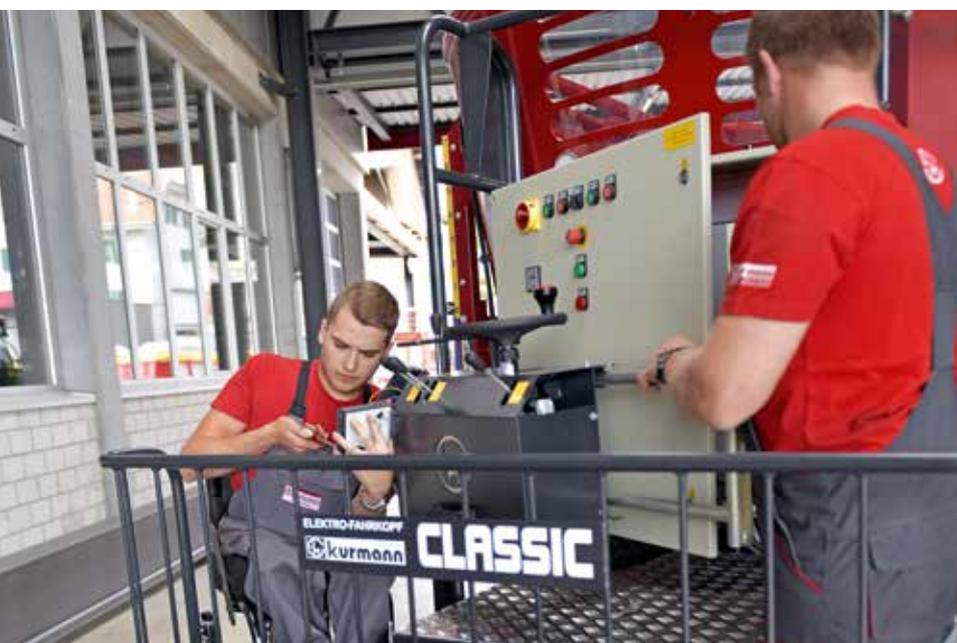
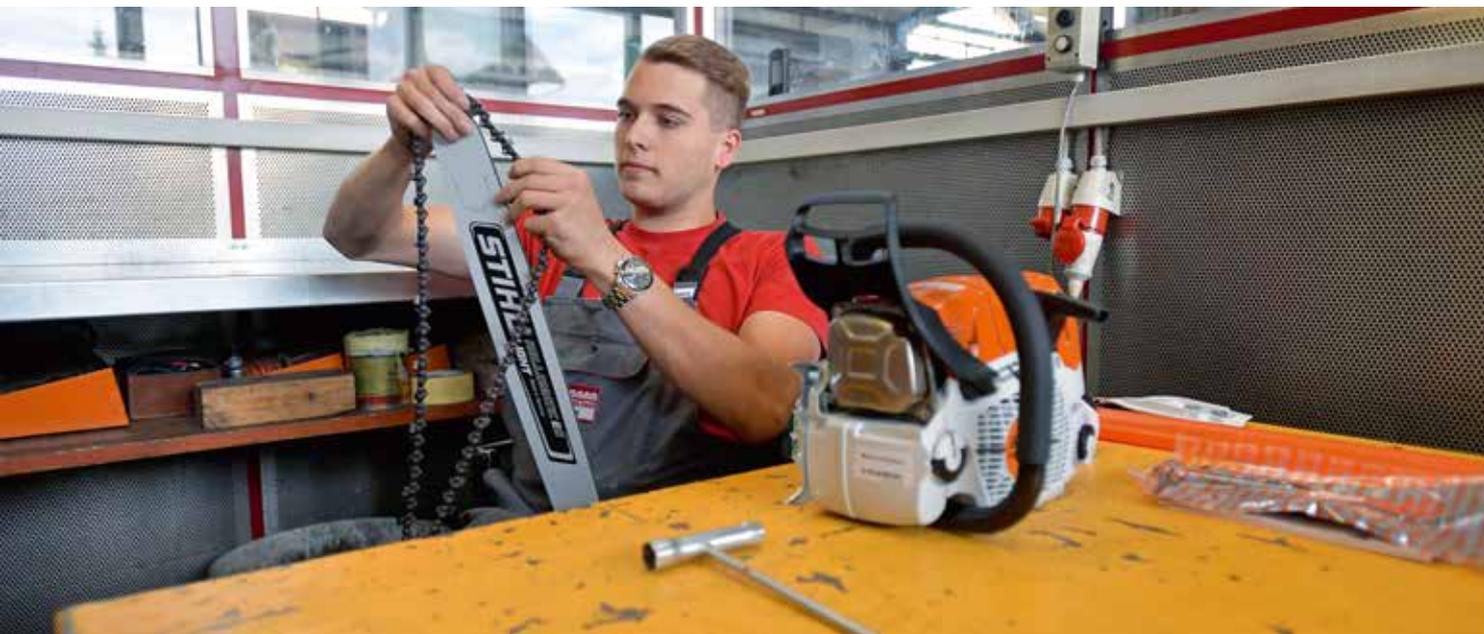


Une ambiance de travail métamorphosée

On voit que le courant passe avec les collègues: « Ils sont vraiment chouettes. Je ne suis pas à part, ils me traitent comme l'un des leurs, un « bosseur » », se réjouit Silvano. L'AI a financé un

« Mes collègues de travail sont supers. Je ne suis pas à part. » Silvano Buob

monte-escalier pour qu'il puisse accéder à la salle de pause et participer à la vie sociale de l'entreprise. C'est grâce au stage qu'il a fait d'ailleurs, car les autres apprentis devaient monter Silvano assis dans son fauteuil roulant. Maintenant, il est le premier à aller en pause pour s'acquitter de sa tâche: que tout soit en place.



Tout est mieux ordonné en effet. Urs Kurmann s'en réjouit. Avant, les tuyaux et les câbles n'étaient pas toujours rangés en raison de l'exiguïté des lieux. Maintenant, tout le monde fait attention que le passage soit dégagé pour que leur collègue en fauteuil roulant puisse circuler et que les issues de secours ne soient pas encombrées. Silvano est un vrai plus pour l'entreprise. « C'est formidable de voir son empressement au travail », ajoute Urs Kurmann. « Il discute bien moins que les autres, il est heureux qu'on lui confie du travail. » Aimé de tous, Silvano ne rechigne jamais aux besognes « rébarbatives », quand il y a.

C'est aussi grâce au dynamisme et à l'inventivité d'Urs Kurmann et de son chef de production, Jost Amrhyn, que ça marche si bien pour Silvano. Ils ont défini un champ d'activité pour le jeune apprenti, bénéfique à tous dans l'entreprise, et créé un environnement propice. « Nous

voulions qu'il ait une expérience de vie positive, qu'il trouve sa place dans la société. C'est tout juste si on a modifié nos processus internes », souligne Jost Amrhyn, le maître d'apprentissage de Silvano qui ne l'a pas ménagé. En revanche, il ne lui a pas donné de missions clients urgentes afin d'éviter tout stress supplémentaire. À chaque fois, il fallait le freiner, sinon Silvano, qui a un fauteuil roulant réglable en hauteur, aurait sûrement toujours été partant.

Responsabilité sociale

Pourquoi s'engager dans un tel projet, surtout par les temps qui courent où les pressions économiques croissent ? Urs Kurmann s'en explique : il a dit oui à Silvano parce qu'aujourd'hui, beaucoup d'entreprises n'assument plus leur responsabilité sociale : « Pour moi, la formation des apprentis fait partie de notre mission, c'est clair. Et Silvano

En haut Table de travail avec hauteur de plateau réglable, facilitant le montage.

À gauche Silvano, qui se déplace en fauteuil roulant, travaille aussi sur de grosses machines.

À droite Monte-escalier menant à la salle de pause.

>

En plein travail sur un tracteur
De gauche à droite : Urs Kurmann,
entrepreneur, Silvano Buob, apprenti,
Jost Amrhyn, chef de production



voulait vraiment faire cet apprentissage. En plus, ce qu'un aide-mécanicien a à apporter s'insère bien dans notre entreprise. »

Aux yeux de la Fondation suisse pour paraplégiques et des assurances sociales, ce cas montre bien que, pour l'insertion professionnelle, l'accompagnement de ParaWork est important non seulement pendant l'hospitalisation, mais aussi après la sortie de clinique. Il faut absolument des experts qui ont des connaissances spécifiques pour trouver une solution individuelle propre à chaque cas, car les défis que pose la paralysie médullaire ont une influence directe sur le quotidien professionnel des personnes touchées.

Une préparation progressive

« Beaucoup ont dit que le vœu de Silvano de faire un apprentissage dans la mécanique était irréalisable », poursuit Peter Senn. « Silvano leur a prouvé qu'ils avaient tort. Il s'est appliqué avec ardeur pour atteindre cet objectif très exigeant. Nous lui avons montré comment progresser avec un programme de préparation bien ciblé. » ParaWork est fier d'avoir apporté sa contribution à ce qu'un apprenti en stage de découverte dans un atelier protégé se mue en un jeune homme confiant. Son exemple a tout pour donner du courage aux adolescents en fauteuil roulant et les inciter à forger leur propre avenir.

Pour Peter Senn, le fait que tous les acteurs aient pris le temps et eu la patience nécessaire a été décisif. Une insertion en trois mois, ça ne marche pas. Un corps blessé doit récupérer lentement pour être performant sur le long terme. Le volontarisme de l'employeur pour faire un essai avec Silvano, tout comme l'accord de l'AI pour les cours de soutien et le coaching par ParaWork, ont été tout aussi déterminants. Au final, l'approche retenue profite au blessé médullaire, aux assurances sociales et à la société.

« J'ai toujours voulu faire un apprentissage comme ça », s'exclame Silvano. Il avait 2 ans quand il a été happé par un Manitou. En fauteuil roulant depuis, il nous explique qu'en fait il est toujours en vadrouille avec ses copains qui, eux, marchent sur leurs deux jambes, que ça a toujours été comme ça. Il a été beaucoup soutenu pour faire son apprentissage. « J'ai fait tout mon possible pour ne pas décevoir, et je l'ai fait pour moi, pour mon avenir », ajoute-t-il. Et comme ses notes se sont améliorées, Silvano s'est fixé un nouvel objectif. Celui de faire un deuxième apprentissage, plus difficile, chez Kurmann AG. De toute façon, ce jeune homme résolu et rayonnant a déjà démontré qu'il ne manquait pas d'étoffe...

(kste/we) ■



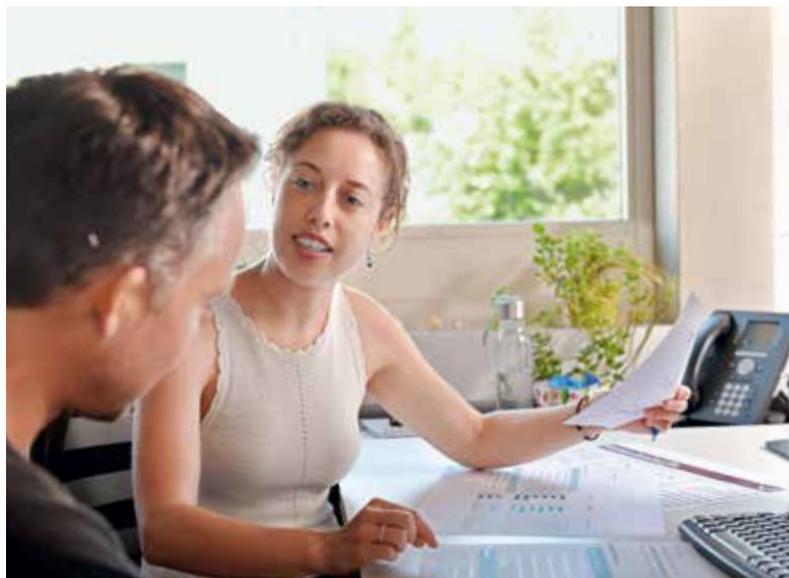
« Silvano montre qu'on peut atteindre ses objectifs, même si la barre est haut placée. »

Peter Senn, enseignant spécialisé et coach ParaWork

 www.paraplegie.ch/buob

Quel métier pour moi ?

Un outil nommé « job matching » a été développé à Nottwil pour faciliter la réinsertion professionnelle. Il permet la meilleure adéquation possible avec son métier.



J'aime le contact ? Je suis adroit de mes mains ? Mon employeur me propose des horaires modulables ? Il faut d'abord répondre à un certain nombre de questions sur une échelle de zéro à cinq avant de démarrer sa recherche. À partir de là, les spécialistes de la réinsertion professionnelle de Nottwil en déduisent des profils et des stratégies pour aider les blessés médullaires à réussir leur réinsertion sur le marché de l'emploi.

« En général, quelqu'un qui était maçon doit faire une croix sur les chantiers », explique Marina Nützi. « Nous réfléchissons aux alternatives et options pour qu'il puisse renouer avec la vie active après la première rééducation. » La thèse de doctorat que Marina Nützi a faite à Nottwil portait sur le développement d'un outil appelé « job matching » qui permet aux spécialistes de la réinsertion de cibler encore mieux la recherche du métier susceptible de convenir. Plus le profil « colle », plus on est satisfait, donc productif, plus on exerce sa profession tout en ménageant sa santé, et plus les chances de garder son emploi longtemps augmentent.

Recherche d'adéquation avec 1600 métiers

Ce nouvel outil de « job matching » permet de rapprocher les aptitudes physiques et intellectuelles ainsi que les souhaits et besoins avec les réalités professionnelles de 1600 métiers. Grâce à la représentation graphique des profils qui en résultent, les professionnels en orientation peuvent se faire une idée des chances qu'a un blessé médullaire de continuer à exercer son ancien métier et du chemin à parcourir pour pouvoir accéder au métier souhaité.

Souvent, une réorientation professionnelle s'impose avec formation complémentaire ou reconversion professionnelle à la clé, quand il n'y a

pas moyen d'adapter le poste occupé jusqu'alors en jouant sur les conditions de travail. Grâce au « job matching », on peut comparer le profil de la personne et celui du poste visé, passer en revue ensemble objectifs professionnels et mesures de soutien nécessaires. Cela devrait être pratique, lors des pourparlers avec les organismes payeurs, pour justifier la pertinence des moyens à mettre en œuvre.

« ... incroyable comme c'est motivant »

ParaWork verra la mise en application de cet outil au printemps 2020. Il n'est pas appelé à remplacer les experts en réinsertion professionnelle, mais facilitera leur travail au niveau de la planification, de la documentation et de l'évaluation des mesures appropriées. « C'est incroyable comme cela peut être motivant pour un patient de voir sur le graphique ce qu'il a réussi à améliorer à force de travailler, en l'espace de deux mois », explique Marina Nützi, psychologue de formation, qui rapporte que les personnes touchées réussissent mieux à tourner la page de leur vie active passée et mettre le curseur sur un nouvel avenir professionnel.

Cet outil né à Nottwil est l'aboutissement d'un long travail de recherche (cinq ans) entre la Recherche suisse pour paraplégiques (RSP) et ParaWork. « Nous tenions à ce que le fruit de nos efforts soit transposable dans la pratique clinique, qu'il ait une utilité directe pour les blessés médullaires », ajoute Marina Nützi. L'infatigable chercheuse coordonnera l'introduction de cet outil innovant chez ParaWork et en assurera le suivi scientifique. Elle aura aussi tout le loisir de l'utiliser puisqu'elle interviendra en qualité de conseillère en réinsertion professionnelle, dans le cadre d'un temps partiel dédié. (kste/febe) ■

Recherche scientifique Le travail qui « colle »

Marina Nützi avec Urban Schwegler (à gauche) sous la direction duquel l'outil « job matching » a été développé au sein de la Recherche suisse pour paraplégiques.

Retour à la vie active avec l'aide d'un coach

Pirmin Wolfisberg, qui fournit conseils, appui et soutien sur le plan de la coordination, est impressionné par l'esprit de suite des blessés médullaires.



Pirmin Wolfisberg, 43 ans, coach métier et orientation chez ParaWork depuis 2017.

La question de l'avenir professionnel se pose aux blessés médullaires dès leur première rééducation. Pourront-ils continuer à exercer leur métier? Faut-il qu'ils se reconvertisent, fassent une formation? Au Centre suisse des paraplégiques, les conseillers en réinsertion les accompagnent face à toutes ces questions. Et c'est environ un mois avant de sortir de clinique que Pirmin Wolfisberg de chez ParaWork intervient en qualité de coach.

Pour ses « clients », il remue ciel et terre et met tous les réseaux à contribution. À leur écoute, il a à cœur de créer les conditions idéales pour qu'ils puissent remettre le pied à l'étrier. Il est à la fois personne de confiance, coordinateur, motivateur. « En tant que coach, il faut avoir à l'esprit tous les partenaires susceptibles de faire avancer chaque client dans la situation où il se trouve », nous confie-t-il.

Essai de travail et reconversion

Réunis autour d'une table, client et représentants de l'employeur et des assurances s'entendent sur les tâches et le temps de travail qu'aura la personne qui reprend du service. Le coach est aussi chargé des démarches auprès de l'assurance sociale; pour que la réinsertion professionnelle réussisse, le rapport travail – prestations d'assurance doit être exempt de toute ambiguïté. Le coach va voir sur place si le poste de travail est accessible en fauteuil roulant et s'entoure de collègues ergothérapeutes et architectes si besoin est. Puis on passe à l'« essai de travail thérapeutique » chez l'ancien employeur.

Renouer avec les tâches et processus quotidiens inhérents au poste de travail, avec les collègues et les activités sociales, c'est de cela qu'il s'agit. « On n'a pas de schémas rigides dans

la réinsertion professionnelle, on s'occupe de chaque client de manière très individuelle », précise Pirmin Wolfisberg.

Il n'est pas rare que les personnes touchées par la paralysie médullaire puissent rester dans la même entreprise ou la même branche. Mais, dans certains métiers, c'est difficile. Un menuisier peut faire une formation et se reconverter en contrôleur qualité, un maçon en chef de chantier s'il retourne aux études.

Pas tout seul sur le long chemin à parcourir

Avant de remettre la personne sur les rails, Pirmin Wolfisberg lui pose deux questions: quel est ton objectif? En quoi puis-je t'aider? « Et c'est parti sur le chemin de la réinsertion professionnelle », dit celui qui apporte conseils, appui et soutien sur le plan de la coordination. Mais sans faire tout à la place de ses clients. Car c'est aussi à eux de se renseigner sur les tendances dans leur ancien secteur d'activité. Le coach les encadre également sur le lieu de travail. C'est tout un processus qui peut parfois durer plusieurs années.

Dans la plupart des cas, l'assurance-invalidité ou un autre organisme social prend en charge cet accompagnement serré. Pirmin Wolfisberg loue aussi la bonne volonté des employeurs: « Ils jouent presque tous le jeu et sont tout à fait disposés à garder leur collaborateur blessé médullaire. »

Que deviennent les clients pour qui la reprise est un échec? « Nous leur proposons des mesures de soutien. Par exemple, une formation bien ciblée à Nottwil même. » Mais, dans la majorité des cas, ça marche. Et Pirmin Wolfisberg d'ajouter: « Je suis toujours épaté quand je vois leur motivation à vouloir retravailler. »

(pmb/we) ■

Renforcer les capacités intellectuelles

Au CSP, les adolescents bénéficient d'un soutien scolaire individuel pendant leur rééducation et fréquentent ParaSchool. Leur motivation est impressionnante.



Enfants et adolescents scolarisés, apprentis, étudiants... Parmi les personnes hospitalisées au Centre suisse des paraplégiques (CSP), environ un quart font partie de ce groupe. Grâce à ParaSchool, le service de réinsertion scolaire de ParaWork, ces jeunes ne perdent pas le fil avec l'école pendant leur longue rééducation à Nottwil.

Véritable passerelle sur le plan pédagogique entre séjour en clinique et école, ParaSchool permet un retour à la normalité aux patients en réadaptation, et prouve que, malgré les limitations corporelles, leur cerveau, lui, fonctionne parfaitement. Afin d'éviter tout décrochage, les professionnels de chez ParaSchool n'attendent pas pour leur donner les cours dont ils ont besoin qui débutent en phase initiale de rééducation. Ils sont également soutenus pour tout ce qui est démarches avec leur ancienne ou future école.

Contenus enseignés identiques

Les collaborateurs de ParaSchool, présidée par un conseil où chacune des langues nationales est représentée, connaissent bien les différents systèmes scolaires des cantons suisses. Dix enseignants spécialisés et experts en pédagogie du travail font aussi partie de l'équipe de réinsertion professionnelle du CSP.

Avant que les jeunes reprennent les cours au CSP, les professeurs, la direction des écoles et les offices de formation s'entendent sur les objectifs d'apprentissage, supports pédagogiques et méthodes d'enseignement. À ParaSchool, les élèves potassent les mêmes contenus que leurs camarades de classe et passent les mêmes examens. Seule la cadence diffère. Selon leur forme, les patients ont au plus quatre heures de cours par jour, chacun ayant son propre programme.

Par an, ParaSchool s'occupe d'une quinzaine de personnes – des paraplégiques pendant six bons mois, des tétraplégiques sur une année à peu près. En général, le canton d'origine prend en charge une partie des frais de cours. ParaSchool fait le lien avec les autorités cantonales pour tout ce qui a trait au financement.

Des notes meilleures

Concernant les jeunes qui se retrouvent à Nottwil pendant leur dernière année d'apprentissage, ParaSchool fait tout pour qu'ils aillent jusqu'au bout, qu'ils puissent travailler dans le domaine ou pas. La raison ? Qu'ils aient un diplôme en poche, car cela leur ouvrira d'autres portes.

L'expertise, c'est bien. Mais un défi demeure. Celui qui consiste à exercer diverses aptitudes afin de rester dans le bain, face aux différentes limitations : développer la dextérité des mains et des doigts, apprendre à apprendre autrement, à utiliser un ordinateur avec une souris spéciale. D'après ParaSchool, les patients du CSP ont de meilleures notes après leur rééducation qu'avant parce qu'ils en veulent.

Parallèlement aux cours à Nottwil, on fait en sorte que les jeunes gardent le contact avec leur classe. Par exemple, les élèves sont invités à venir passer la journée avec leur camarade hospitalisé. Cela minimise les appréhensions, et ils passent du temps ensemble. Plus tard, ParaSchool coordonne le retour dans l'ancienne école ou dans l'entreprise où le patient était en apprentissage, et regarde sur place si les lieux sont accessibles en fauteuil roulant ou s'il faut faire des travaux.

(pmb/boa) ■

Quand l'équipe se réunit, la **coordination** de cette offre complexe a lieu sous l'égide de Christine Reuse (au milieu), responsable de ParaWork et de ParaSchool depuis 2017.



Stefan Staubli, responsable
Insertion sociale et professionnelle au
Centre suisse des paraplégiques (CSP).

ParaWork

« Le tout, c'est que les entreprises soient prêtes à embaucher des personnes en chaise roulante »

Le service ParaWork au Centre suisse des paraplégiques (CSP) entoure environ 150 « clients » de conseils et de support afin qu'ils réussissent leur réinsertion sur le marché du travail, grâce à des solutions sur mesure. Une tâche complexe accomplie à Nottwil avec beaucoup d'efficacité.



Stefan Staubli, comment réagiriez-vous si vous perdiez votre travail ?

Ce genre de chose déstabilise, c'est clair. Cela suscite des craintes existentielles. Ça m'est arrivé après une maladie. J'ai été obligé de me reconverter. À l'époque, j'ai tout de suite pris rendez-vous avec un coach qui m'a aidé à modifier mon approche par rapport au travail et à voir ce changement comme une opportunité.

Chez les blessés médullaires, les ré-aiguillages sont plus compliqués à cause des limitations corporelles.

Surtout que pendant leur première rééducation, c'est une épreuve pour eux de réaliser ce qui a fait basculer leur vie et de le surmonter. Les façons d'y faire face sont aussi nombreuses que les parcours de vie. Certains patients au CSP envisagent très tôt leur réinsertion professionnelle. Ils s'y attellent avec assiduité et s'adressent à nous pour obtenir une aide ciblée. Pour d'autres, les premiers temps, leur psychisme ne leur permet pas de se projeter.

Quelle importance a le travail quand on est confronté au diagnostic de paralysie médullaire ?

Socialement, le travail, c'est bien plus qu'un gagne-pain. C'est une question d'appartenance, de participation à un tout. À cet égard, les blessés médullaires ne sont pas différents des autres. Quiconque touche l'AI fait tout pour ne pas rester à ses crochets. Bien des études montrent que les personnes actives sont plus satisfaites et les complications de santé moindres, comparé aux chômeurs, pour autant que le poste

convienne, bien sûr. Être durablement dépassé dans son travail peut être tout aussi nuisible que d'exercer un métier peu stimulant ou être au chômage.

ParaWork aide ses « clients » à se réinsérer sur le marché du travail.

Oui, s'ils le désirent réellement et qu'ils sollicitent notre assistance. Ce sont les personnes en situation de handicap elles-mêmes qui sont nos donneurs d'ordre en premier lieu, et non pas les assureurs.

C'est beaucoup de travail ?

C'est énormément de travail. Il faut parfois faire preuve de beaucoup d'imagination pour faire émerger les bonnes solutions. Pour les patients à Nottwil, c'est l'occasion d'essayer un tas de choses susceptibles de renforcer leur automotivation. Fabriquer un moyen auxiliaire avec une imprimante 3D, créer un bijou ou suivre des cours de langue par exemple, cela a pour effet de booster le processus d'insertion et de redonner confiance en soi, tout comme l'assurance qu'en travaillant ensemble, on y arrive. Cela permet de faire poindre des idées, des perspectives, un ressort essentiel dans l'acceptation de la thérapie et du travail qui va avec.

À Nottwil, on lance ce processus bien plus tôt qu'ailleurs. Qu'est-ce qui pousse une clinique de rééducation à procéder ainsi ?

Cela remonte à l'époque du fondateur du CSP, Guido A. Zäch. Il était convaincu que la réinsertion professionnelle et sociale est un jalon majeur de la rééducation. Aujourd'hui,

cette approche s'est imposée dans le monde entier et fait partie intégrante de la classification CIF de l'Organisation mondiale de la santé sur laquelle nous nous appuyons. Anticiper est positif car les proches sont également éprouvés émotionnellement pendant la phase initiale, et les employeurs plus enclins à aider. Nous mettons en œuvre tout un bouquet de mesures pour que chacun s'y retrouve, pour que la personne touchée puisse garder son emploi et pour gommer les obstacles : stages de reconversion ciblés, conseils sur les profils de poste et aménagement du poste de travail en impliquant assurances et administrations ainsi qu'en pratiquant le coaching. C'est tout un programme.

Quelles cordes les blessés médullaires doivent-ils avoir à leur arc pour remettre le pied à l'étrier ?

C'est sûr que la personnalité joue un rôle majeur de même que la motivation, l'état d'esprit, la confiance en soi, l'âge, le degré de handicap physique et les diagnostics secondaires. Nous abordons franchement les sujets « épineux » entre les différents acteurs pour des raisons de transparence. Pour une réinsertion réussie, il faut des employeurs prêts à embaucher des personnes en fauteuil roulant.

Celles et ceux à qui on donne une chance sont en général extrêmement motivés.

Oui. Les employeurs nous rapportent que leurs éléments qui sont en chaise roulante influent positivement sur la culture d'entreprise. Les solutions que nous élaborons



« Il n'est pas rare que nous soyons obligés de freiner les patients pour éviter le piège du surmenage. » Stefan Staubli

ensemble profitent toujours aux deux. D'ailleurs, le manque de personnel qualifié actuel est une chance pour nos « clients ». Nous les préparons minutieusement aux mutations en cours sur le marché du travail, à travers toutes sortes de formations.

Le travail d'encadrement de ParaWork peut s'étaler sur plusieurs années ?

Oui. Notre objectif est une réinsertion professionnelle réussie. Tous les efforts qui sont faits en ce sens sont payants économiquement. Ce n'est pas de l'assistantat, c'est un très bon investissement. Si l'on en croit le taux de réinsertion à l'étranger, nous sommes très bien placés avec un taux de réussite avoisinant les 60%. Dans les pays européens, les taux de retour à l'emploi sont nettement plus bas. Aux États-Unis, où le facteur temps exerce de fortes pressions, c'est choquant de voir la masse de gens en situation de handicap physique ou mental qui sont marginalisés après une réinsertion éphémère. Même dans les villes les plus riches, leurs conditions de vie sont inhumaines.

ParaWork met donc le temps qu'il faut pour trouver des solutions qui s'inscrivent dans la durée ?

Il s'agit d'un accompagnement consciencieux fourni tant que cela est nécessaire. C'est tout. Ce ne serait pas bon de créer une dépendance due à un trop de soutien. Il est tout aussi décisif de vouer suffisamment de temps à la réinsertion qu'à la rééducation. D'ailleurs, il n'est pas rare que nous soyons obligés de freiner les patients qui en veulent trop et s'exposent au surmenage, afin de les protéger. Vous savez, un blessé médullaire qui ne réussit pas à se réinsérer ou qui fait un burn-out aura beaucoup de mal à s'en remettre. Il ne faut pas brûler les étapes et il faut un juste milieu entre soutien, exigences et ménagement, le maître-mot étant l'« autonomisation ». Non

pas se substituer aux gens, mais les mettre en position de faire par eux-mêmes.

S'ils veulent que les solutions marchent, les différents acteurs doivent y mettre du leur. Les négociations sont-elles âpres ?

Ce n'est pas si difficile que ça de s'entendre sur un panel de mesures à partir du moment où la compréhension du rôle de chacun est mutuelle. Il faut une grande transparence entre les partenaires que sont le client, le coach, l'assurance et l'employeur. C'est indispensable pour une réinsertion réussie. Chez ParaWork, on aime les tables rondes afin de trouver un dénominateur commun qui aboutisse à une solution.

Comment procédez-vous ?

Nous commençons par passer en revue les activités que la personne touchée pourrait faire. Rester dans sa branche malgré les limitations que son corps lui impose peut s'avérer faisable, moyennant des adaptations techniques. De nos jours, grâce au progrès, les aménagements possibles sont considérables. Il y a encore dix ans, il était hors de question qu'un agriculteur blessé médullaire continue à exploiter sa ferme. Aujourd'hui, on a des tracteurs spéciaux qui sont équipés d'un pont élévateur pour les transferts et d'attelages automatiques de série à l'avant et à l'arrière. Quand un client refuse de quitter sa ferme tellement il y est attaché, nous estimons qu'il est de notre devoir de le soutenir.

Qui paie la note ?

La coopération avec l'assurance-invalidité est étroite et nous avons même étoffé les prestations de ParaWork ces dernières années. En effet, l'AI n'hésite pas à faire appel à nous pour le suivi et la prise en charge des dossiers épineux ; pour les personnes en situation de handicap qui sont moins bien loties, elle nous charge de faire le nécessaire pour augmenter leurs chances

sur le marché du travail. Il n'en demeure pas moins que le bilan de ParaWork n'est pas à l'équilibre. Sans l'aide financière des bienfaiteurs et donateurs, nous ne pourrions pas fournir ce plus de prestations, pourtant indispensable.

Évaluez-vous votre efficacité ?

Oui. Nous faisons partie du Groupe suisse pour paraplégiques et sommes à ce titre amenés à évaluer nos faits et gestes par le biais du processus d'amélioration continu. Tous les ans, nous identifions les principaux leviers et leurs effets. Les moyens déployés ont-ils été payants ? Dans quels domaines ? Où pouvons-nous économiser ? Faut-il développer davantage nos prestations ? De plus, ce que l'on appelle retour sur investissement fait l'objet d'une étude parce que nous sommes convaincus que pour les assurances et autres organismes payeurs, c'est rentable d'investir à Nottwil, dans la réinsertion professionnelle.

Quelles seront les prochaines étapes pour ParaWork ?

Récemment, nous avons mis au point l'outil « job matching » avec la Recherche suisse pour paraplégiques qui sera lancé sous peu, un instrument destiné à faire concorder emploi et qualification. Lors de la phase d'essai, nous avons déjà pu constater son énorme potentiel (cf. page 11). C'est pourquoi nous avons décidé de le mettre à la disposition des autres institutions. Par ailleurs, nous nous employons à améliorer la mise en réseau et la coordination avec nos partenaires, le but étant d'avoir un système parfaitement intégré. Pour finir, nous espérons que les chargés de dossier des compagnies d'assurance seront plus nombreux à venir à Nottwil pour se faire une idée des prestations de ParaWork. Certains sont venus. Ils ont changé d'avis au contact de nos clients et n'en sont pas revenus.

(kste/febe) ■

Appartement tremplin pour jeunes adultes

Une colocation implantée à Schenkon (LU) verra le jour en 2020, le premier hébergement réadaptatif en Suisse. Ce projet innovant est destiné à aider les jeunes adultes à faire la transition vers une vie quotidienne et professionnelle autonome.



« L'idée de colocation réadaptative vient de ParaWork et de ParaHelp », précise Andrea Violka. Pour la plupart des jeunes adultes blessés médullaires, se mettre en appartement, en plus du travail ou de leur formation, ça fait beaucoup. Afin d'atténuer ces appréhensions, les professionnels de Nottwil ont trouvé une passerelle vers l'autonomie : un logement transitionnel encadré où quatre jeunes (six au maximum) pourront poser leurs valises pendant six mois, trois ans au plus. Ils auront tout le loisir de s'entraîner à développer leur indépendance dans la vie de tous les jours, avec tout ce que cela implique en termes de préparation pour pouvoir mener une vie autonome.

Une chance

« Notre colocation est dans un quartier résidentiel tout à fait normal à Schenkon avec diverses activités relevant des aides de proximité classiques. On a eu de la chance », ajoute Andrea Violka, experte en soins chargée du projet côté ParaHelp qui souligne que la décision de privilégier un site autre que Nottwil pour l'implantation de cet appartement n'est pas anodine ; en cas de besoin, les jeunes pourront se rendre au Centre suisse des paraplégiques (CSP) en transports en commun, ce qui leur fera un réel entraînement.

Les jeunes en formation et ceux qui sont déjà entrés dans la vie active seront encadrés sur place par un personnel interprofessionnel avec lequel ils auront convenu des objectifs d'apprentissage concrets. La nuit, un service de garde sera opérationnel. Pour ce qui est des soins, l'accent sera mis sur les synergies en présence : les jeunes seront censés s'organiser avec le Service d'aide et de soins à domicile pour certains soins, comme s'ils étaient déjà dans leur propre appartement.

Gestes bien rodés, rôles intrafamiliaux et responsabilités, tout cela sera à redéfinir car couper

le cordon est une vraie rupture impliquant moult changements dans la vie des jeunes colocataires, qui devront se situer dans la tranche d'âge 16–25 ans et seront pour la plupart soit handicapés de naissance soit en fauteuil roulant depuis leur plus tendre enfance.

Phase pilote de deux ans

Les parents seront pleinement intégrés dans le projet et bénéficieront de conseils, de retour d'informations et d'assistance le temps que durera la colocation. Car ce processus de détachement est délicat pour eux et pour leur enfant qu'ils ont choyé, soigné, couvé, entouré de leur présence pendant des années.

La phase pilote démarrera en juillet 2020. Andrea Violka, la responsable du projet, entend agir sur l'efficacité des processus d'encadrement. Mais pas seulement. Les questions quant à la faisabilité financière d'une prise en charge thérapeutique plus étoffée sont encore en suspens. Au final, cette entreprise doit pouvoir s'autofinancer. Andrea Violka se veut optimiste. « Les jeunes sont nombreux à voir les promesses d'un tel pas vers une indépendance, normale pour leur âge. Ce qu'il nous faut leur garantir, c'est qu'ils puissent prendre part à la société. »

De tels logements qui offrent des services spécialisés sont très recherchés, Andrea Violka l'a mis en évidence lors de la présentation de son projet. Ikea Rothenburg sera la première entreprise à soutenir cette colocation réadaptative. L'entreprise d'ameublement collecte des fonds afin de mettre le mobilier à disposition. Voilà, les jeunes gens intéressés n'ont plus qu'à candidater auprès d'Andrea : andrea.violka@parahelp.ch.

(kste / febe) ■

Entraînement à l'autonomie

Cuisiner, ça s'apprend...
Andrea Violka (à droite)
avec une jeune femme paraplégée médullaire.

Vous souhaitez nous aider à mener à bien ce projet innovant ? Indiquez « Reha-WG » lors de votre virement sur le compte : CP 60-147293-5 / IBAN CH14 0900 0000 6014 7293 5

Un grand merci.

À la recherche d'un travail? Mode d'emploi.

Les principaux conseils pour tous ceux qui veulent retrouver un emploi, compilés par l'équipe de coaches de ParaWork.

1. Suivez les avancées technologiques en lien avec vos compétences spécialisées et continuez à vous former.

Le monde évolue sans cesse. Les exigences sur un marché du travail qui est dynamique aussi. Soyez au fait de ce qui est demandé dans votre métier. Restez ouvert face à la nouveauté.

2. Votre dossier de candidature est votre carte de visite.

Vous pouvez télécharger des modèles de candidature, les remplir et les envoyer tels quels. Vous verrez que ça ne sert pas à grand-chose. Prenez la peine de personnaliser votre dossier, d'y mettre de la couleur pour que votre employeur potentiel puisse se faire une idée de vous. Donnez-lui une image authentique de vous sans l'enjoliver et fournissez un CV sans trou.

3. La presse écrite publie elle aussi des annonces.

Les annonces ne sont pas toutes sur Internet. Journaux et hebdomadaires en publient également. Ne les ratez pas.

4. Soignez vos réseaux et tirez-en parti.

Vous êtes en recherche d'emploi? Ce n'est pas un secret, dites-le à votre entourage, vos amis. Cherchez le contact avec votre branche d'activité, affiliez-vous à des clubs et associations. Ayez le courage de faire appel à vos relations. Votre ami vous permettra peut-être d'avancer, indirectement, ou il vous donnera peut-être un ou deux conseils, qui sait?

5. Servez-vous des plateformes (LinkedIn et Xing, par ex.). Ayez une présentation professionnelle.

Les réseaux sociaux sont d'une importance capitale, ils offrent d'incroyables potentialités et connexions. Mais ils ne sont pas sans risques. Faites attention à ce que vous postez, évitez les phrases susceptibles de se retourner contre vous plus tard.

6. Les candidatures spontanées pertinentes, on les lit.

Vous savez déjà dans quelle entreprise vous souhaiteriez travailler, quelle mission serait faite pour vous : envoyez votre candidature, même si aucun poste n'est à pourvoir. Cela opère, un argumentaire qui convainc, un intérêt et des points forts mis en lumière.

7. Ayez conscience de vos points forts et restez authentique.

Quand on triche, ça se voit. Envoyez une photo vraiment récente, vous éviterez les situations embarrassantes. Ce qui compte, c'est l'authenticité. N'usez pas de retenue en ce qui concerne vos points forts : on ne vous demande pas de vous « vendre », mais de vous « positionner ».

8. Chercher un travail est chronophage. Organisez-vous et prévoyez assez de temps.

Si vous appelez l'employeur, soyez bien préparé. En général, ce genre d'entretien ne dépasse pas les cinq minutes. Ne soyez pas pressé par le temps car la concentration en pâtit, et vous risquez d'oublier l'essentiel.

9. Documentez la progression de votre recherche d'emploi.

Gardez une bonne vue d'ensemble : Qui ai-je eu au téléphone? Qu'avons-nous convenu? Quand reprendre contact? Faites de votre recherche d'emploi un projet que vous gérez. Notez vos activités en rapport avec celle-ci en les saisissant dans un fichier Excel par exemple (noms, dates et objets, etc.).

10. Faites attention à votre tenue si vous êtes convoqué à un entretien d'embauche.

Réfléchissez à ce qui vous attend sur place. Habillez-vous conformément aux usages de la branche d'activité et adaptez votre langage. Une présentation soignée est un must ; des chaussures sales par exemple sont à bannir.

11. Renseignez-vous sur votre employeur potentiel.

Les employeurs apprécient les candidats qui montrent qu'ils s'intéressent à leur entreprise. Si vous vous êtes bien renseigné et que vous avez réfléchi aux réalités du poste, vous augmentez vos chances, vous marquez des points. Au final, la sympathie peut faire la différence.

La valeur du travail

Hermann Roider a de la force dans les bras. Mais, il a fallu qu'il s'y prenne à deux fois avant de réussir à faire coulisser le lourd portail sur ses rails grinçants afin de sortir son tracteur de la grange. Un système électrique, ce ne serait pas pratique? « Que non, ça me fait un entraînement et ça me fait progresser », lâche cet homme en fauteuil roulant.

Pour rien au monde, il ne voudrait déménager de sa jolie ferme nichée dans les collines de Kemptthal à Ottikon (ZH), où il vit depuis 1981. Même pas après son accident. Son épouse, Esther, et leurs trois enfants y sont trop attachés.

Alors, quel autre métier faire en fauteuil roulant? Le conseiller en orientation pensait qu'Hermann ne pourrait plus s'occuper de son bétail, depuis sa chute du toit qu'il voulait réparer. « Mes 60 ans, je les ai eus à Nottwil. Je ne me voyais pas faire autre chose à cet âge-là, postuler, etc. », poursuit l'agriculteur.

« Être une charge? Pas question »

« Au Centre suisse des paraplégiques (CSP), à Nottwil, l'état d'esprit des gens nous a beaucoup rassurés, ma femme et moi. Ils m'ont dit « si vous avez la motivation, on vous aide. » Les époux Roider ont fait aménager leur ferme pour la rendre accessible en fauteuil roulant, ils ont vendu leurs vaches et décidé de se cantonner à l'agriculture.

Maintenant, Hermann cultive sa terre grâce à un tracteur adapté à son handicap, et se réjouit chaque jour du travail accompli. « À Nottwil, j'ai réalisé à quel point c'était pénible de ne pas travailler. En plus, être une charge? Pas question. » C'est dire s'il tient en haute estime le travail qui est fait au CSP pour aider les blessés médullaires à renouer avec la vie active.

Les temps ont bien changé à la ferme des Roider. Avant, tout allait dare-dare pour finir le labeur à temps. Aujourd'hui, Hermann apprécie chaque tâche: « Pour moi, le travail aux champs que je peux faire et la rentabilité de mon travail, c'est très important. »



Bien décidé à gagner sa vie à la sueur de son front, Hermann ne pourrait pas se contenter d'une occupation juste pour passer le temps. Il délègue à ses voisins les travaux qu'il ne peut pas faire; ils les lui facturent. Point.

Hermann fait encore le bois pour le chauffage. Pourtant, la question s'était posée. Couper le bois en fauteuil roulant? C'est possible? À Nottwil, la question n'a pas fait long feu: il suffit d'avoir les bons outils, et la volonté. « Je jubilais à chaque bûche fendue. » Hermann a fait l'acquisition d'une machine à débiter le bois. Au début, c'était dur, sa femme l'aidait. Entre-temps, plus aucun problème. L'hiver peut venir.

Depuis sa chute, il y a quatre ans, chaque progrès de son corps lui donne l'impression d'être un héros: « Avant, certains travaux m'agaçaient. Maintenant, je m'estime heureux de pouvoir les faire. » Et il ne renâcle pas non plus pour passer l'aspirateur, ajoute Esther Roider, pas mécontente.

Pas uniquement pouvoir gagner sa vie

« Quand je travaille, j'oublie la douleur », explique-t-il. Paralysé à partir de la 7^e vertèbre thoracique, Hermann sent la douleur renaître au petit matin. Quand il se lève et qu'il doit se glisser dans son corps paralysé après le répit accordé pendant la nuit. Il aime se replonger dans le travail, aussi pour faire abstraction de la douleur.

Paysan dans l'âme, Hermann continue d'exercer ce métier qui lui sied tant. Il ne fait plus tout à fait la même chose qu'avant, vu qu'il est en fauteuil roulant. « Après ma rééducation, j'avais du mal à faire mon travail; trois ans après, je me débrouille mieux », relève-t-il. Il faut du temps au corps pour dépasser une blessure aussi sévère. D'ailleurs, au début, il avait du mal à croire qu'il soit possible d'en faire autant en chaise roulante. « Le haut de mon corps marche, dit-il, alors je le fais marcher. » Ils se sont donné le mot, Hermann et son corps.

(kste/rob) ■

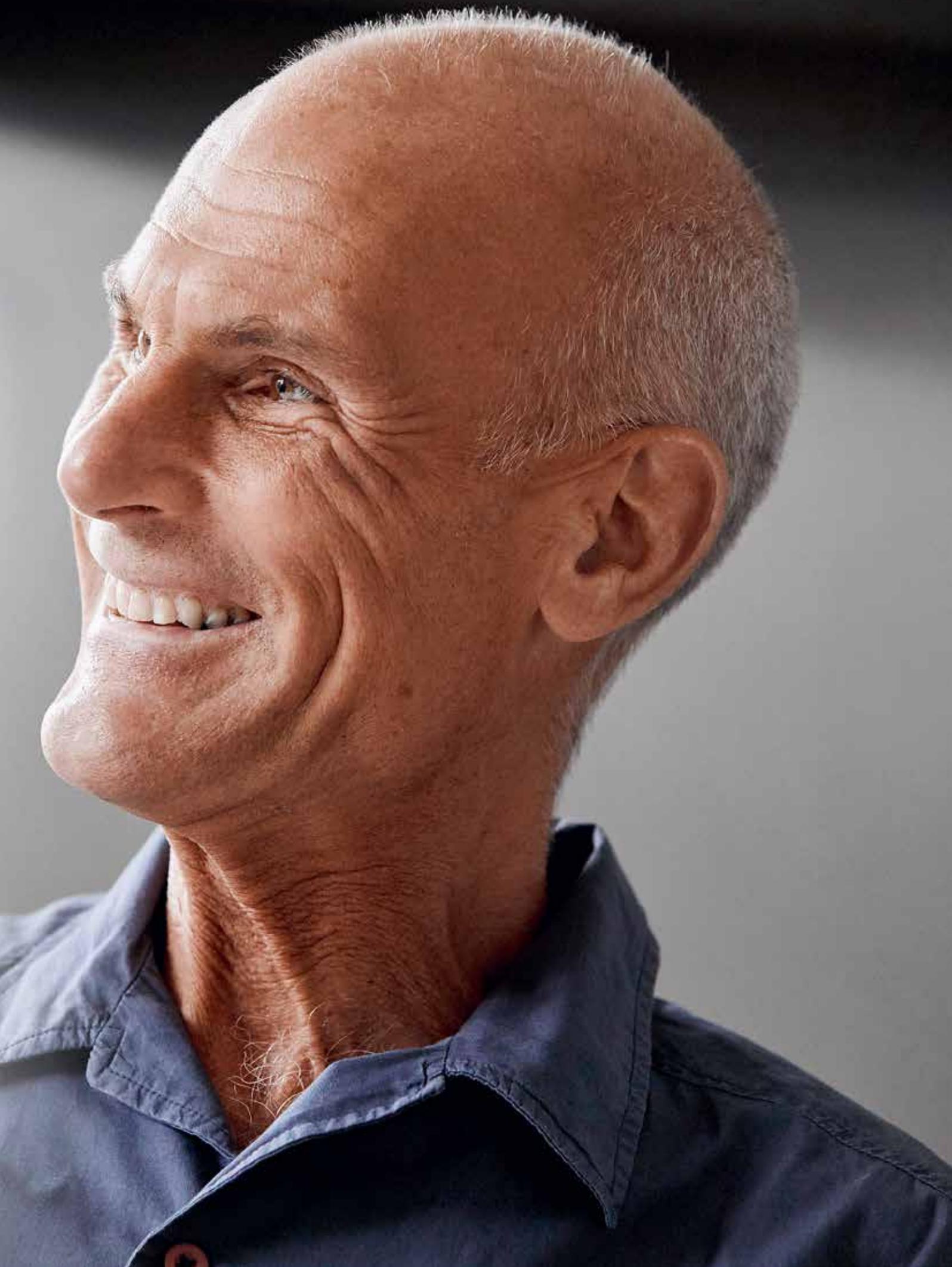
Rencontre

Il marche sur ses deux jambes malgré sa paralysie médullaire

Paul Hintermann a subi une tétraplégie incomplète en 2016

alors qu'il s'entraînait en préparation d'un ultra-trail qu'il s'apprêtait à disputer. Entre-temps, il s'est sorti de ce mauvais pas et marche sur ses deux jambes. Pourtant, ses premiers pas dans sa nouvelle vie sont tout sauf faciles.





Paul Hintermann, dans sa maison à Plan-les-Ouates (GE), fait signe d'entrer au reporter et au photographe et de s'installer dans la cuisine. Le Smartphone à l'oreille, il finit de donner des instructions de sa voix de stentor et rejoint ses hôtes en arborant un sourire radieux. Rien, ou presque, ne laisserait penser que Paul est tétraplégique.

Nous servant du café, le maître des lieux nous prévient de sa maladresse : « Vous voyez cette cuiller que j'ai dans la main ? Si je ne la secoue pas fort, je ne la sens pas entre mes doigts. » Idem pour ses pieds : « Ma sensibilité est très faible. Je me tiens en équilibre grâce à ma vue. » Malgré ces précisions, difficile de croire que trois ans plus tôt Paul était entièrement paralysé en dessous de la troisième vertèbre cervicale.

Le 5 mai 2016, le randonneur aguerri va s'entraîner sur le Mont Salève qui surplombe Genève, en préparation de l'un de ses prochains ultratrails, ces courses de fond en montagne. Un faux pas, il perd l'équilibre et percute un arbre de plein fouet, la tête la première. Verdict : tétraplégie incomplète.

La moelle épinière de Paul a subi une compression sans être sectionnée, ce qui augmente ses chances que certaines voies nerveuses récupèrent, qu'il retrouve des sensations et que les influx nerveux nécessaires à la marche se rétablissent. Hospitalisé et opéré à Genève, il y restera trois semaines avant d'être transféré au Centre suisse des paraplégiques (CSP) en rééducation.

Des progrès fulgurants

En évoquant son séjour à Nottwil, Paul ne cache pas son enthousiasme. « Je n'ai pas eu le temps de déprimer car je voyais mes progrès dans le regain de ma mobilité. » Des progrès tels qu'après trois mois seulement, il parvient à se remettre debout... et va tout de suite à la Sport Arena à côté du CSP faire un tour entier sur la piste d'athlétisme. « J'ai toujours eu besoin d'être actif ; à Nottwil, pareil, je ne tenais pas en place. »

Il gravira le mont Pilatus en pleine première rééducation. « Le personnel de la clinique n'en revenait pas », se souvient-il en riant. Tir à l'arc, ping-pong, fitness, natation, séances intensives de physiothérapie à Nottwil, rien ne l'arrête dans

sa reconquête d'autonomie. Il suit les cours de menuiserie de ParaWork afin de retrouver ses fonctionnalités manuelles et réapprendre à utiliser des outils. « Bricoler, c'est ma vie. Ma toute première paie d'apprenti, je l'ai investie dans un jeu de tournevis », s'exclame-t-il.

Entre ses thérapies, le sport et les visites des siens, ce père de sept enfants cherche le contact avec les autres patients. « À midi, il y avait une sacrée ambiance à notre table, j'invitais toujours les nouveaux à venir nous rejoindre. » Et sa

« Je me tiens en équilibre grâce à ma vue. » Paul Hintermann

femme, Michèle, d'ajouter : « Je ne l'avais jamais vu comme ça avant. À Nottwil, Paul allait vers les gens et leur demandait quelle avait été leur histoire. Il remontait le moral à tout le monde. »

Quatre mois et demi après son arrivée, au lieu des 7 à 8 mois initialement prévus, Paul, tétraplégique incomplet, quitte ses camarades pour rentrer à la maison près du lac de Genève, non sans émotion. « J'ai énormément d'admiration pour les personnes en fauteuil roulant, pour leur courage et leur volonté. Je suis reparti de Nottwil sur mes deux jambes, ce qui est assez rare. Je me rends compte à quel point j'ai eu de la chance. »

Retour à la vie (hyper)active, autrement

Le retour dans sa famille n'a pas présenté de difficultés. « Notre famille fonctionne un peu comme une PME – l'absence ou le retour de l'un de ses éléments ne chamboule pas forcément toute l'organisation », explique Paul en insistant sur le fait que tout le mérite revient à sa femme : « Michèle a pris le relais à 100 % et elle a parfaitement géré la situation ; elle est vraiment le ciment de notre famille. »

Auparavant employé dans une entreprise de systèmes de traduction simultanée, Paul est placé en arrêt de travail pendant un an, puis il reprend à mi-temps durant six mois et est finalement licencié. « Je n'en ai pas voulu à mon patron, c'est sûr que cette petite boîte ne pouvait pas tenir avec mon rythme devenu plus lent », ajoute-t-il.

En haut Fragile sur ses appuis, Paul Hintermann sent à peine ses pieds depuis sa tétraplégie.

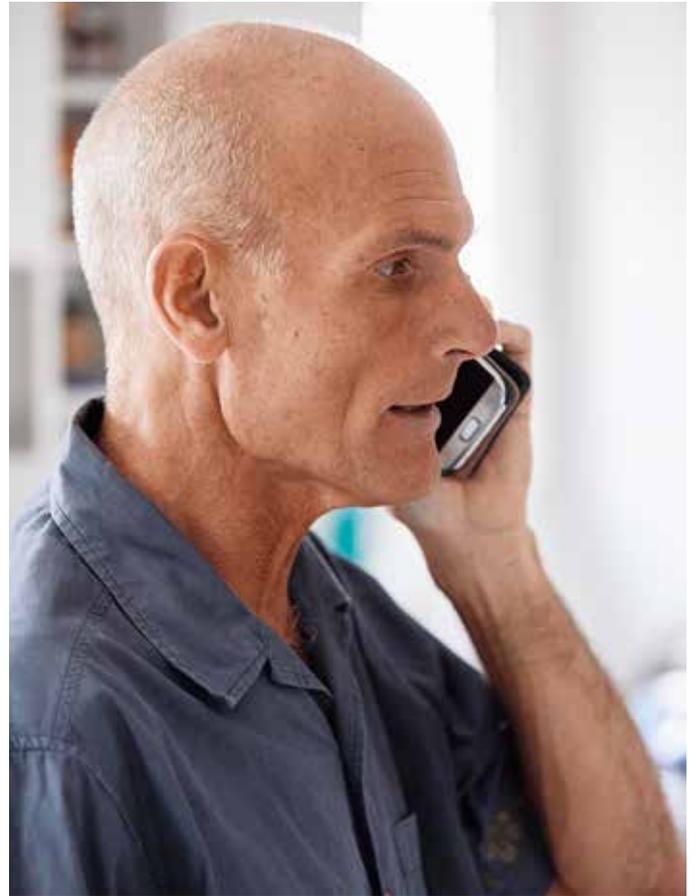
En bas Paul et Michèle Hintermann avec leurs enfants Violette (26 ans), Gilles (19 ans) et Colin (17 ans).

À droite Paul avec sa voix de stentor au téléphone.

Des moyens auxiliaires ergonomiques qui lui facilitent la vie quand Paul travaille sur l'ordinateur.

Gros plan sur un jouet destiné à sa petite-fille qui a deux ans, dans son atelier qu'il aime tant.

»



En haut Michèle et Paul Hintermann, ensemble depuis vingt-sept ans et mariés depuis seize : dans les locaux de l'école à Thônex (GE).

En bas Paul profite de l'absence des élèves pour faire une mise à jour des ordinateurs dans l'école de son épouse.

En effet, ses aptitudes physiques ne sont plus les mêmes qu'avant. Il ne sent pas ses pas comme avant. « C'est une sensation étrange, comme d'avoir les pieds mouillés dans des chaussettes remplies de sable », précise-t-il en ajoutant qu'il a tout le temps l'impression d'avoir froid. En fait, son système de thermorégulation ne fonctionne plus du tout comme avant, si bien que toute activité physique est plus compliquée à réaliser, la fatigue arrive plus vite, ses gestes se font plus lentement, et le temps de récupération est plus long.

De même, les mouvements rapides ou le port d'objets lourds peuvent engendrer une perte d'équilibre et donc être très dangereux. « Je laisse toujours les gens passer devant et j'évite la foule pour ne pas me faire bousculer. Car à me voir comme ça, on ne dirait pas que je peux tomber facilement. » Un autre sujet particulièrement dérangeant concerne la thématique des fonctions limitées de la vessie et des intestins : « Quand il faut que tu ailles aux toilettes, tu n'as qu'une ou deux minutes pour agir. C'est dur de vivre avec la hantise que ça puisse arriver à tout instant. »

Des mots pour les maux

Avec la baisse des revenus due au licenciement de Paul et à son incapacité de travail partielle, toute la famille y met du sien pour joindre les deux bouts. Michèle Hintermann trouve un troisième poste en plus de ceux qu'elle occupait déjà au sein d'une petite société fiduciaire et d'une école privée; les enfants ont des petits jobs à côté de leurs études tandis que leur père cumule un 10% dans la réparation et la transformation d'équipements de cabinets dentaires, un 10% dans la maintenance technique et informatique de l'école où travaille son épouse, tout en suivant un stage à 50% pour devenir formateur sur logiciel de gestion informatique.

S'il a mis toute sa volonté pour regagner rapidement sa mobilité, Paul commence à s'apercevoir qu'il ne progresse plus. Malgré ses efforts, il se retrouve bientôt face à un mur qui semble insurmontable. Un an et demi après son accident, il fait une dépression. Avant de fournir un effort, il est pris d'angoisse, au bas d'un escalier par exemple. Peur de ne pas pouvoir surmonter des obstacles qu'il franchissait pourtant sans



À droite Réparation d'un instrument dentaire au cabinet d'un dentiste, à Troinex (GE).

Photographies petit format
Paul Hintermann se rend au travail à vélo. Il a tout son matériel dans sa remorque.

Incroyable, mais vrai. Paul a revêtu son dossard pour faire le Tour de Presinge et endossé un maillot du CSP. (Photographies : Vincent Barbey)

problème jusque-là; oppression respiratoire qui surgit la nuit et le réveille. Heureusement, après neuf mois de suivi psychologique, il réussit à venir à bout de cette maladie.

Petit à petit, Paul s'ouvre aux autres, se rendant compte que le fait de parler le soulage. Ses proches se sont toujours montrés à l'écoute, y compris un cousin éloigné de Winterthour ou sa sœur Barbara avec qui les liens se sont resserrés. Réflexologue de formation, elle est venue le voir tous les jours quand il était à l'hôpital à

« Je me rends compte à quel point j'ai eu de la chance. » Paul Hintermann

Genève pour le masser. Puis, tous les week-ends au CSP. « Elle a grandement participé à la remise en route de mon système nerveux, j'ai eu beaucoup de chance de l'avoir. Cet accident nous a rapprochés. »



L'ambivalence de pouvoir remarquer

De ses propres mots, Paul n'est perçu ni comme un handicapé ni comme un valide. À cause de sa tétraplégie incomplète, il se situe dans une espèce d'entre-deux, ce qui peut entraîner des situations bizarres. « Dans l'école où elle travaille, ma femme avait expliqué que j'étais devenu tétraplégique. Un jour, je suis arrivé et ils se sont exclamés : « Mais il marche. » Les gens ne perçoivent pas mon handicap ». Pour Paul, ce n'est pas rien, il explique pourquoi : « Les gens minimisent mon handicap parce que je ne suis pas en fauteuil roulant, ils ne se rendent pas compte des inconvénients liés à mon handicap. » Maintenant, Paul prévient ses interlocuteurs qui ne le connaissent pas qu'il marche malgré sa tétraplégie, afin d'éviter les quiproquos.

Contemplant depuis son jardin la montagne sur laquelle sa vie a basculé, à la fin d'une journée bien remplie, Paul s'accorde un moment de calme. Subsiste en lui une confrontation permanente : « Je suis très heureux et chanceux d'être

arrivé si loin dans ma récupération. Mais ce petit quelque chose qui me manque pour être « normal » est une source de frustration considérable. C'est ce qui caractérisera toujours ma tétraplégie incomplète. »

Le plus grand défi de Paul est surtout de ne pas perdre ses acquis. « Cette crainte est aussi liée à mon âge qui avance. C'est une lutte quotidienne de continuer à me déplacer à pied et à vélo, mais elle est nécessaire pour préserver cette mobilité durement acquise, le plus longtemps possible. » D'ailleurs, ses efforts ont été payants une fois de plus : récemment, Paul Hintermann a réalisé son premier exploit depuis son accident en courant à une compétition à laquelle il avait autrefois l'habitude de participer. Ayant endossé un t-shirt du CSP, en guise de remerciement et de clin d'œil au personnel de la clinique, il a tenté de parcourir 5 km en moins de quarante minutes. Vous qui connaissez le personnage à présent, devinez s'il a réussi son pari...

(Guillaume Roud/Sébastien Agnetti) ■

Voilà à quoi sert votre cotisation

La Fondation suisse pour paraplégiques a aidé Paul Hintermann à payer les frais d'hôtel de sa famille sur le campus de Nottwil. Cela lui a permis d'être entouré des siens lors de sa rééducation.

Orthotec existe depuis 25 ans

Ensemble, rien n'est impossible

Orthotec développe pour le compte de la Fondation suisse pour paraplégiques des moyens auxiliaires sur mesure pour les blessés médullaires. Explications de Daniel Bachmann et Vera Müller, eux-mêmes concernés.

La filiale de la Fondation suisse pour paraplégiques, Orthotec, qui emploie à peu près 70 collaborateurs, existe depuis 25 ans. Elle équipe Swiss Paralympic et en fait beaucoup pour le sport en fauteuil roulant en Suisse, en plus de ses prestations destinées aux blessés médullaires et personnes à mobilité réduite. L'esprit d'innovation et la passion dont sont animés celles et ceux qui y travaillent permettent de repousser les limites de l'impossible, autant que possible. Comment? En fournissant une vaste palette d'aides techniques : fauteuils roulants, matériel orthopédique, articles pour l'incontinence, sans oublier l'adaptation sur mesure des véhicules au handicap, quelle qu'en soit la marque.

Un châssis ronronnant, un vrai bonheur

« J'adore quand ça déménage », nous confie Daniel Bachmann, un amoureux de la moto de 44 ans, qui arbore un large sourire. « Entendre rugir un moteur, c'est un vrai élixir pour moi, l'évasion pure ». Avant sa tétraplégie, Daniel Bachmann faisait de la compétition et adorait caresser le bitume en moto.

Malgré son accident, Daniel savait qu'il ne pourrait pas se passer d'un châssis puissant à même de lui procurer ces sensations de liberté, lui qui est fan des États-Unis. La mobilité au quotidien? Ce n'est pas ce qu'il veut dire : « Je roule en fourgon VW pendant la semaine, c'est un véhicule pratique. Non, je voulais juste avoir en plus une belle caisse pour le week-end. Quand il fait beau, je m'évade en pleine nature au volant de ma Dodge flamboyante. » Dans ces moments-là, il choisit d'être seul pour goûter ce plaisir intense. Ses proches et ses amis aussi étaient pour qu'il achète ce bolide, conscients de l'apaisement que Daniel éprouve dans sa voiture de sport.



Il va sans dire qu'il n'a demandé aucune aide de la part de la Fondation suisse pour paraplégiques pour adapter sa Dodge à ses besoins. « J'ai tout de suite pensé que je pourrais la confier à l'équipe d'Orthotec », avoue-t-il. « Je connais leur équipe depuis ma rééducation à Nottwil, j'avais été impressionné de les voir à l'œuvre, leur ténacité, leur amour des solutions abouties et personnalisées. Ils ont été d'un grand secours pour moi, dès le début, quand c'était si dur. »

Tout sous la main

Outre les aménagements de véhicules, Orthotec compte quatre autres domaines d'activité à Nottwil et Cugy (VD) : technique réadaptative,

En haut La Dodge de Daniel Bachmann à l'atelier des véhicules adaptés chez Orthotec.

À droite Vera Müller à bord d'un navire de croisière, avec des fans de heavy metal.



orthopédie, articles pour l'incontinence et le sport en fauteuil roulant. Si bien que les blessés médullaires ont tout sous la main.

Vera Müller apprécie, elle aussi, la large gamme de prestations d'Orthotec. Pendant que la plupart des gens se prélassent en terrasse, Vera, elle, voit du pays. Croisière « metal » aux Caraïbes, par exemple, pour assister, sur les flots, à un festival de heavy metal. « Après mon accident, j'ai mis quatre ans avant de retrouver ma joie de vivre », lâche-t-elle. « Alors maintenant, je jouis de la vie, j'adore aller à des concerts avec d'autres adeptes de hard-rock, du matin au soir. » Sur le bateau, les fans forment une grande famille unie : « Il y a beaucoup d'entraide. Dès que je ren-

>

« On est dans le contact direct et l'émotionnel »

Stefan Dürger, gérant d'Orthotec SA

Stefan Dürger, quelle est la particularité d'Orthotec ?

Nous sommes dans le contact avec les gens. Nos prestations sont en lien direct avec la mobilité, l'indépendance et la qualité de vie. Des termes assez abstraits, c'est vrai. Chez nous, c'est l'humain qui est au centre de tout. Nous aidons les gens à relever par eux-mêmes les défis de la vie.

Vous couvrez une large palette de services. Il n'y a personne d'autre qui fait ça...

Nous nous occupons de tout de A à Z. C'est ce qui nous distingue des autres sur le marché. Pour moi, c'est crucial de ne laisser tomber personne. D'ailleurs, vous n'avez pas forcément besoin d'être suivi par le Centre suisse des paraplégiques pour pouvoir faire appel à nous. Nous nous adressons à tous.

Orthotec élabore des solutions personnalisées exigeant un suivi individuel.

Chaque handicap est différent, idem pour les solutions. Nous faisons du sur-mesure à partir de matériaux de base standard principalement. Si le TCS n'arrive pas à dépanner le véhicule adapté d'un tétraplégique, on y va. Peu importe l'heure. D'ailleurs, nous allons bientôt proposer une appli avec une fonction d'urgence ; nous travaillons sur la qualité des processus dans tous les domaines. Le but est que ce soit aussi simple que de commander un produit dans notre nouvelle boutique en ligne.

Votre ingéniosité hors normes est étonnante.

Je suis fier de mes collaborateurs. Dans notre équipe, il y a des collègues qui ne cèdent pas tant qu'ils n'ont pas trouvé de solution. Leur ardeur et leur esprit de suite sont tels qu'après, quelqu'un qui avait une tétraplégie haute se retrouve dans la position de retravailler. C'est formidable.

Côté sport, le degré de sophistication est haut.

Chez nous, le sport est un vrai laboratoire. Les acquis dans ce domaine profitent aussi à l'ergothérapie et à la médecine du sport. Nous participons aux projets high-tech dès lors que nous avons la conviction que les répercussions seront positives en termes de transfert de connaissances pour les personnes en chaise roulante.



Par exemple ?

Un projet, appelé à révolutionner tout le processus d'installation en fauteuil roulant des patients en première rééducation vient d'être initié dans le domaine de la course. Il nous permettra de déterminer d'emblée la bonne assise de chaque patient ; l'idée est basée sur une prise de mesures intégrale du patient dès le début de sa rééducation. Pourquoi ? Prenez un coureur qui a une assise parfaite. Chez lui, la transmission de la force est meilleure et plus rapide. Transposé dans le quotidien d'une personne en fauteuil roulant, cela signifie moins d'efforts à fournir, ce qui ménagera d'entrée de jeu ses épaules déjà très sollicitées et réduira le risque d'escarres.

Les assurances ne sont pas toujours en faveur de la meilleure solution.

Ma devise, c'est de faire plus que ce qui est demandé car les effets que peut déployer une mesure sont décisifs. Alors, je dis parfois à mon équipe « On ne lésine pas, on y va ». C'est d'ailleurs ce que les gens attendent de la Fondation suisse pour paraplégiques. Ils ont raison. On n'est pas dans le registre des options de luxe. Pas question de transiger sur la qualité, même si c'est plus coûteux. On se donne. Pour la sécurité de la personne touchée.

Comment voyez-vous l'avenir ?

Chez Orthotec, on est beaucoup dans le contact, l'émotionnel et le durable. Nous faisons tout pour augmenter la visibilité de nos propres produits sur le marché, pour être perçus comme un centre de compétence et une entreprise innovante technologiquement. Les super projets, ce n'est pas ce qui nous manque... (kste/febe) ■

contre un obstacle, il y a toujours des gars qui sont là, prêts à m'aider.»

Vera a une bonne amie qui l'accompagne dans ses pérégrinations. Elle veille à emporter tout son matériel pour les soins. Il lui faut par jour un set de pansements, différents produits désinfectants, des gants, des compresses, une poche à urine pour la journée, une pour la nuit. « Depuis mon accident de moto, il y a dix ans, les moyens auxiliaires de Nottwil font partie de mon quotidien. Par bonheur, je peux faire faire l'entretien de mon fauteuil roulant là-bas, j'y trouve tous les produits pour les soins ainsi que des gens à qui poser mes questions quand j'en ai. »

Récemment, elle se demandait où elle allait attacher la laisse (du chien d'assistance qu'elle va bientôt avoir) à son fauteuil roulant pour que ce soit pratique. Après avoir longuement cogité, elle s'est adressée à l'équipe d'Orthotec. « On a trouvé une super solution », s'est réjouie Vera. « Impossible, ce mot ne fait pas partie de leur vocabulaire chez Orthotec. »

« We are better together »

Cette entreprise nottwiloise, qui est en fait une société anonyme, est une organisation à but non lucratif. Tout le monde peut se tourner vers elle. Elle est restée fidèle aux valeurs de la Fondation suisse pour paraplégiques, à la même philosophie depuis 25 ans et à la mission dont elle est investie. Son action s'inscrit dans le renouvellement. Renouvellement des solutions pour ses clients et pour son propre développement.

Dans les années à venir, les technologies numériques devraient permettre l'émergence d'un grand nombre d'applications inédites dans le domaine des moyens auxiliaires. L'ouvrage et le défi sont de taille. Il va falloir tirer le meilleur parti de toutes ces avancées technologiques et les mettre au service des blessés médullaires, comme le dit la devise « We are better together », l'idée étant de continuer à voir Daniel et Vera frapper à la porte d'Orthotec. *(gasc/màd)* ■

Prestations de A à Z

Orthotec, filiale de la Fondation suisse pour paraplégiques, couvre cinq domaines d'activité.

Technique de rééducation

Fauteuils roulants manuels et électriques personnalisés, choix de l'assise, engins de sport et de loisirs, réalisations sur mesure... Les techniciens de Nottwil ont à cœur de proposer des solutions très abouties. Également sur place : un atelier pour l'entretien des engins et une foule de moyens auxiliaires pour la vie quotidienne.



Articles pour l'incontinence et les soins

Troubles de la fonction urinaire, plaie à soigner, appareils respiratoires... Le choix du produit idéal est décisif pour les blessés médullaires et les aides-soignants. Orthotec, qui s'approvisionne auprès de différents fabricants, apporte son conseil et revend une vaste palette de produits de haute qualité à ses clients. À noter l'ouverture de sa nouvelle boutique en ligne à partir de cet automne.



Véhicules adaptés

Pour la mobilité des blessés médullaires, les véhicules adaptés sont très importants, quelle que soit la marque. Sans véhicule aménagé en fonction de leur handicap, les personnes à mobilité réduite sont tributaires de l'aide d'un tiers pour se rendre à leur travail, à leur thérapie ou faire les courses. Orthotec leur apporte son appui, y compris dans le domaine de l'insertion socio-professionnelle.



Technique orthopédique

Être limité dans sa mobilité est un facteur qui dégrade beaucoup la qualité de vie. Chez Orthotec, les professionnels de l'atelier orthopédique et de bandages mettent tout leur savoir-faire ainsi que de nombreux moyens auxiliaires à disposition pour que les blessés médullaires puissent retrouver et préserver leur qualité de vie.



Sport en fauteuil roulant

Forte de son expertise et de son esprit d'innovation, Orthotec œuvre pour le sport de haut niveau, le sport pour tous et le soutien des jeunes espoirs. La collaboration avec les athlètes est intense, notamment au niveau des engins de sport, toutes disciplines confondues. On signole, on améliore sans cesse ce qui existe déjà, et les techniciens de Nottwil encadrent les sportifs sur place lors des grandes compétitions.



Réseau de traumatologie de Suisse centrale

Une collaboration précieuse pour les grands blessés

Premier regroupement suisse de neuf hôpitaux au sein d'un réseau pour une prise en charge optimale et rapide des grands blessés.

Assis sur sa moto, Daniel Bachmann tourne en direction du col du Susten. Le camping-car devant lui roule lentement parce qu'il suit un cycliste, chose que Daniel est loin d'imaginer. Il met son clignotant et s'engage pour doubler; le camping-car déboîte pour dépasser le vélo. Daniel percute un poteau. Verdict: sept vertèbres thoraciques fracturées, paraplégie complète, traumatisme crânien sévère, un bras broyé. Six semaines de coma.

Cas d'une grande complexité

Il est hélicoptéré à l'hôpital cantonal de Lucerne (LUKS) pour être transféré au Centre suisse des paraplégiques (CSP) peu après. «De notre côté, c'est au niveau de son coude que ça a été le plus difficile à résoudre; pas au niveau de ses lésions vertébrales. Une paraplégie haute avec un grave traumatisme au coude, c'est peu commun. Nous nous sommes concertés avec plusieurs spécialistes connus à l'international», explique Markus Damrau, médecin chef de clinique.

Avec les confrères de Lucerne, la décision est prise de fixer le coude de Daniel pour qu'il puisse par la suite faire ses transferts dans son fauteuil roulant de façon autonome, chose qui aurait été exclue si on avait opté pour une prothèse. Daniel est opéré au LUKS, puis il vient au CSP en rééducation, pendant quinze mois.

Le cas de Daniel illustre bien l'utilité de la collaboration entre le CSP et les autres cliniques pour les personnes en fauteuil roulant. «Lorsque de tels défis médicaux se posent, la complémentarité des expertises vaut de l'or; elle permet une prise

en charge adéquate, tenant compte des aspects liés au fauteuil roulant», poursuit Markus Damrau.

Une prise en charge coordonnée

Le concept repose sur la collaboration au sein du Réseau de traumatologie de Suisse centrale; les contours de la coopération entre CSP et LUKS sont clairs. Nouveauté en Suisse, neuf hôpitaux investis de missions bien définies, en fonction des spécificités médicales, en font partie. Le but? Une prise en charge rapide et optimale, le facteur temps étant décisif chez les grands blessés.

L'alerte a lieu via un numéro d'appel unique; les blessés sont aiguillés vers l'hôpital le plus proche et le plus apte à prendre en charge. Selon les cas, on a recours à l'expertise des spécialistes des autres cliniques, ou on transfère le patient. Tous les praticiens impliqués alimentent une plateforme commune où les radiographies sont disponibles. Résultat: en cas de transfert, les radios effectuées n'ont pas besoin d'être transmises, ce qui est beaucoup plus pratique, et la nouvelle équipe a toutes les données importantes en main. «Ce gain de temps et cette avance informative sont précieux. On ne perd pas de temps au sein du réseau, chacun sait quel rôle il a», poursuit-il.

Le quotidien et son lot de limitations

Centre de traumatologie au plan local, le CSP assume d'importantes missions dans la prise en charge des blessés médullaires. Les médecins de Nottwil assurent égale-

D^r méd. Markus Damrau, médecin chef de clinique Chirurgie spinale et orthopédie, représente le Réseau de traumatologie de Suisse centrale au CSP.



ment un service de traumatologie du rachis au LUKS si bien que les paralysés médullaires peuvent être sûrs d'être pris en charge immédiatement et de façon optimale. En contrepartie, le CSP bénéficie de l'expertise en traumatologie orthopédique du LUKS: «Dans le cas de Daniel, nous n'aurions pas eu ce résultat sans cette collaboration», précise Markus Damrau.

Daniel a renoué avec le quotidien. «Ils ont bien fait de fixer mon coude», dit-il, même s'il déplore certaines limitations. Puis, en parlant de ses meilleurs amis, tous deux tétraplégiques, il lâche: «Ils arrivent à bouger la tête, c'est tout. Alors je ne vais pas me plaindre.» (pmb/febe) ■

Active Communication

« La communication est un facteur clé d'autodétermination »

Depuis janvier 2018, **Active Communication fait partie** du Groupe suisse pour paraplégiques.

Cette société de Steinhausen (ZG) active dans le domaine des technologies d'assistance a vu le jour en 1999 dans une ancienne écurie, à partir de l'idée d'un duo d'électroniciens mus par un enthousiasme débridé. Connue bien au-delà des frontières, la firme est restée attachée aux valeurs qui prévalaient à sa création.



Fiore Capone, qu'est-ce que la communication pour vous ?

Une plateforme qui relie les gens ou les objets, et permet une compréhension mutuelle.

Active Communication aide les personnes handicapées à être en connexion avec leur environnement, c'est cela ?

Restituer des fonctions complètement disparues est impossible. En revanche, on peut assister les facultés. Je m'explique : il s'agit qu'une personne soit en mesure de demander un verre d'eau par exemple. Quand on ne peut pas extérioriser un besoin par la voix ou le geste, il faut trouver un autre moyen de s'autodéterminer pour éviter l'écueil de la passivité et de la dépendance totale. Nos aides à la communication permettent aux gens d'exprimer leur volonté et leur ressenti, et donc d'être perçus comme des individus en position de recevoir et d'agir eux-mêmes.

On peut avoir recours à vos applications dans tous les domaines de la vie ?

Oui. Pour ce qui est des enfants, nos applications concernent plutôt la sphère scolaire et l'accès à l'emploi. Chez les adultes, nos applis couvrent des besoins et appareillages très divers. Que le handicap soit congénital, acquis suite à une maladie ou le fait d'un accident, peu importe. Active Communication effectue un diagnostic des difficultés de la personne et explore le champ des possibles en incluant l'apprentissage du langage et le contrôle d'environnement.

Votre société compte parmi les fournisseurs leaders à l'international. Tout a commencé dans une ancienne écurie, dites-vous ?

Oui. En 1999, Ivan Zavagni et moi, on cherchait des applications électrotechniques porteuses de sens. L'idée nous est venue d'en faire profiter les personnes en situation de handicap. On s'est lancés à fond dans cette aventure et on s'est mis à travailler dans une ancienne écurie. On avait de la suite dans les idées, on a grandi avec les défis et on a pris les bonnes décisions. On est restés attachés à notre motivation première : permettre à des personnes hors normes de faire des choses normales.

En fabriquant des prototypes pour passer ensuite à la prestation de solutions d'appareillage. Pourquoi ce virage ?

À un moment donné, on a commencé à entrevoir les applications potentielles du savoir qu'on avait, et on s'est dit que c'était là qu'était notre point fort, plutôt que de se contenter de composants électroniques. On a gardé ce fil rouge en suivant de très près les évolutions technologiques, en quoi telle innovation pouvait résoudre tel ou tel problème. Notre rôle d'expert est dans l'interface qui fait le lien entre deux volets : le technique et l'application. Parce qu'avoir un appareillage, c'est bien, mais encore faut-il qu'il remplisse les attentes de la personne appareillée. Le marché des moyens auxiliaires est en pleine mutation, avec la progression du numérique qui ouvre de nouvelles portes aux personnes en situation de handicap et aux aidants.

Active Communication fête ses 20 ans pendant deux jours à Nottwil

Le 8 novembre 2019, les professionnels de la planète se retrouveront à Nottwil à l'occasion du Forum international pour les technologies d'assistance afin d'échanger et de discuter. Le 9 novembre, lui, sera festif. Il s'adresse au grand public. On y découvrira l'univers fascinant des aides technologiques. Au programme : rencontres, conférences, démonstrations, spectacles, invités surprises. Informations et divertissement garantis ainsi qu'un débat intitulé : « Jeune et handicapé – Quelles perspectives d'avenir ? »

i 9 novembre 2019, 10–16 heures, aula du CSP, entrée libre

Quel regard portez-vous sur votre entreprise qui fête ses 20 ans ?

Au début, on avait mis la focale sur le technique. Le côté application est venu un peu plus tard, et c'est ça qu'on a creusé. En somme, on a intégré les domaines d'application dans un système. Aujourd'hui, on a des moyens auxiliaires d'une grande diversité qui interagissent et permettent aux personnes en situation de handicap d'être plus dans la participation. Cela dit, les dynamiques qui se créent avec l'entourage sont complexes. S'appareiller ne se fait pas tout seul. Pour que ça marche, il faut l'adhésion de tous : famille, école, employeur, foyer.

C'est sûr qu'il y a encore beaucoup de chemin à faire, notamment quand on passe de l'école – avec son appui pédagogique spécialisé – au monde adulte.

Comment ça ?

Les handicapés moteurs dans les foyers avec atelier ne sont peut-être pas aptes à effectuer les tâches manuelles usuelles, mais ils savent se servir d'un ordinateur. Là, les potentialités sont énormes. Le travail de sensibilisation à faire auprès des professionnels est immense pour qu'ils réalisent quelles sont les avancées technologiques et pour qu'ils puissent en tirer parti.

En même temps, les attentes des personnes en situation de handicap progressent.

Oui, c'est une conséquence logique. Tenez, pour un tétraplégique qui a une lésion haute et qui utilise son ordi à l'aide d'une commande oculaire, il faut que tout le dispositif fonctionne sans faille parce qu'il en a besoin en permanence. Quand un appareillage est défectueux, de notre côté, chez Active Communication, on est confrontés au fait que l'AI ne prend pas en charge les frais de remplacement. Il faut sans cesse intervenir car les besoins de la personne concernée et ceux de l'assurance divergent. Ce n'est pas toujours simple.

En janvier 2018, Active Communication est devenue une filiale du Groupe suisse pour paraplégiques. Pour quelle raison ?

Cela nous donne une autre marge de manœuvre et un renfort durable : l'appareillage intégral des personnes en situation de handicap ne repose plus sur les épaules de deux personnes. De plus, le contact avec le service d'ergothérapie du Centre suisse des paraplégiques a toujours été étroit, dès le début de notre activité, et l'approche de la Fondation suisse pour paraplégiques (FSP) est similaire à la nôtre ; son image de marque rejaillit aussi sur nous. Ça a des effets positifs en termes de marché et d'emploi ; le recrutement est plus facile.

Pourrez-vous exploiter les synergies ?

Les contours de la convention passée avec la FSP sont bien définis. Les échanges avec Orthotec sont riches et les contacts avec ParaHelp qui, comme nous, se déplace chez les gens et fournit des conseils, étroits.



Fiore Capone, cofondateur et gérant d'Active Communication.

Vous proposez des solutions sur mesure ?

Dans le domaine des technologies d'assistance, il n'y a pas de prêt à l'emploi. L'un des principaux jalons de notre activité de conseil est de déterminer par quel signal la personne en situation de handicap elle-même « délivrera son message », afin de configurer les interactions. Nos collaborateurs sont à l'affût des avancées technologiques et pédagogiques et ils sont bien organisés pour en tenir compte ; ils se forment et travaillent en continu sur de nouvelles applications, en étroite collaboration avec les fabricants.

Quelle est la clé du succès fulgurant de votre entreprise ?

Il y a deux choses fondamentales à mon avis : le fait d'avoir gardé les mêmes valeurs qu'au début et de pratiquer la remise en question chaque fois qu'il y a des décisions à prendre. Une entreprise qui veut être pérenne ne peut pas se reposer sur ses lauriers. Pour Active Communication, il s'agit de se projeter dans le futur et d'imaginer où on sera dans vingt ans. (kste/boa) ■

Filiale de la Fondation suisse pour paraplégiques

Active Communication promeut l'autonomie et la participation à la vie sociale des personnes en situation de handicap à travers les technologies d'assistance. Depuis 2018, l'entreprise et ses 40 collaborateurs font partie de la Fondation suisse pour paraplégiques (FSP). Cette nouvelle filiale de la FSP propose des solutions sur mesure dans différents domaines : aides à la communication, aménagement des postes de travail et des ordinateurs ainsi que contrôle d'environnement.

 www.activecommunication.ch

Le Géo Trouvetou de Nottwil

« Baisser les bras, ce n'est pas mon genre », lâche Kurt Galliker, chargé de l'adaptation des fauteuils roulants chez Orthotec, à Nottwil. Sa motivation ? Trouver la meilleure solution qui soit.

Dans son bureau à l'atelier, on ne peut être qu'admiratif face aux réalisations dont il nous montre les photographies. Ce qui est sûr, c'est qu'il n'est jamais à court d'idées pour rendre possible ce qui semblait impossible, et que ce n'est pas qu'une simple question de mécanique.

Les images sont étonnantes : des blessés médullaires sur les pistes faisant du ski nordique assis sur une luge – compter une centaine d'heures de façon. Sur un autre cliché, un fauteuil roulant pour monter la côte entre le parking et l'ermitage du frère Nicolas à Flüeli-Ranft (OW) ou encore une planche de kite munie d'un siège pour blessés médullaires.

Puis, Kurt Galliker nous apporte la photo de quelqu'un dont le destin l'a longtemps accaparé.

Joystick actionné par la lèvre inférieure

Le patient en question, qui avait conservé des fonctions motrices uniquement dans la lèvre inférieure et les cuisses, suite à une lésion cervicale, était dans l'incapacité totale de se déplacer par lui-même en fauteuil roulant. Kurt Galliker a longuement réfléchi. Puis, un jour, ça a fait tilt : fixer un support en fibres de carbone sur les branches de lunettes du patient et y installer un mini-joystick manœuvrable via sa lèvre inférieure. On ne trouve peut-être pas tout de suite la solution optimale, mais il faut impérativement un progrès pour la personne touchée, estime-t-il. Grâce à ce système de pilotage et deux boutons qui s'activent au niveau des cuisses, le patient est en position d'utiliser son ordinateur de manière autonome, et même de jouer au hockey en fauteuil roulant électrique.

Résultat ? Une vie changée. Du tout au tout. Kurt Galliker, lui, souligne à quel point c'est gratifiant de sentir la reconnaissance de cet homme si heureux d'avoir récupéré une bonne dose d'autonomie. Et de nous confier : « Maintenant, il pilote lui-même son fauteuil roulant, il n'est plus dans la dépendance totale 24 heures sur 24. C'est énorme. »

Kurt Galliker qui a grandi à la ferme a appris tôt à se servir de machines. Après son apprentissage de mécanicien auto, il travaille dans un garage qui vend des Ferrari, et se rend vite compte que les clients fortunés et les voitures de luxe ne lui conviennent guère. Aimant le contact et mû par le désir d'aider, il se spécialise.

Voilà vingt-deux ans déjà qu'il a débuté chez Orthotec, filiale de la Fondation suisse pour paraplégiques. « C'est un privilège pour moi de travailler dans un endroit où l'humain est au centre de tout et où l'on prend les problèmes au sérieux. En plus, il faut faire appel à sa créativité, c'est extra », se réjouit celui pour qui ce métier est une vocation.

Fonctionnel et esthétique

Quand le champ des possibles est épuisé, il intervient, même si, poursuit-il, il n'a pas le monopole des idées géniales. Non, c'est le travail d'équipe qui prévaut. Et d'ajouter : « Souvent, c'est en discutant qu'on trouve ». Puis, le regard se pose sur la photo d'un prototype de fauteuil roulant de course développé en équipe : chaussé de roues 20 pouces pour enfant. Il n'y a pas photo.

À Nottwil, ils sont une douzaine de mécaniciens. Les engins qu'ils mettent à disposition doivent être fonctionnels et irréprochables techniquement. Le côté esthétique aussi a toute son importance pour Kurt Galliker. La preuve ? Ce fauteuil pour enfant hyper cool.

(pmb / febe) ■



« Aujourd'hui, j'ai été utile parce qu'à Nottwil, il y a beaucoup de gens que je peux aider, et que je veux faire tout ce qui est en mon pouvoir pour améliorer autant que possible leurs conditions de vie. »

Kurt Galliker est responsable Construction fauteuils roulants fabrications spéciales chez Orthotec. Son équipe et lui ont banni le mot impossible de leur vocabulaire.

Un don pas comme les autres

« **Entreprendre quelque chose qui me plaît et sert aux autres** », c'est ce que Julia Jauch a décidé de faire dans le cadre du projet final de sa 3^e année de secondaire. La jeune fille de Silenen (UR), fan de course à pied et de foot (FC Altdorf), se renseigne auprès de différentes fondations pour la dimension solidaire de son projet. « J'ai choisi la Fondation pour paraplégiques. Aussi parce que mon projet tournait autour de la course à pied », explique l'écolière qui a baptisé sa course « Challenge du Mont Cervin ». Courir 200 km à pied et en compétition en trois mois – soit la distance entre chez elle et le sommet du Mont Cervin. Son rêve ? Participer au fameux marathon de Zermatt.

Julia élabore un programme d'entraînement, cherche des sponsors et enchaîne les kilomètres sur les pentes raides de Bristen, la montre au poignet. « C'était super, tous ces gens qui m'encourageaient. Il y avait aussi des camarades qui me rejoignaient, ça me boostait énormément », se souvient celle qui a vécu un tas de moments forts. « Je croyais que le dernier kilomètre allait être le plus beau. Mais, quelle joie ça a été pour moi de battre mon propre record lors des foulées du lac de Sempach. » Julia n'a pas compté les heures passées à courir sous la pluie, ni les efforts qu'elle a dû faire pour concilier école et foot, surtout qu'en plus il a fallu qu'elle gère l'asthme d'effort dont elle souffre. « Jeter l'éponge ? Non, cette pensée ne m'a pas effleurée ; je savais pour qui je faisais tout cela », dit-elle.

Julia Jauch, 16 ans, bouclant son challenge du Mont Cervin.



Au final : 200,2 km en 23 heures 50 minutes avec 5195 mètres de dénivelé, une performance qui parle d'elle-même, avec en prime un don de CHF 1566 pour la Fondation suisse pour paraplégiques. Un grand merci, chère Julia, ton engagement fait l'admiration de tous !

Lettres à la Fondation

Je remercie la Fondation suisse pour paraplégiques de m'avoir aidée à financer l'acquisition d'un appareil d'électrostimulation qui me permet de minimiser les effets délétères de ma scoliose. Au fil des années, ma colonne vertébrale s'est déformée à cause de ma paralysie médullaire. J'espère qu'en poursuivant ma thérapie, cela ira mieux.

Sonja Wyss, Wetzikon

La Fondation suisse pour paraplégiques m'a apporté son soutien financier pour l'achat d'un fauteuil roulant qui m'aidera à gérer mon quotidien. Je la remercie de tout cœur. Je suis très touchée et je sais que c'est loin d'être la normale. Mon retour chez moi a été éprouvant, physiquement et psychologiquement, surtout au début. Je me suis acclimatée, du moins je pense. Pour moi, mon fauteuil roulant n'a pas de prix ; grâce à lui,

j'arrive mieux à faire face à ma nouvelle situation dans mon appartement et à l'extérieur, cela me met du baume au cœur.

Rita Bausch, Kreuzlingen

Je tiens à vous remercier de tout mon cœur de m'avoir aidée à financer l'installation d'un ascenseur dans notre maison. Pour moi, c'est un énorme soulagement de vivre dans cette maison et de pouvoir enfin aller et venir plus facilement à mon nouveau domicile. J'ai emménagé fin 2018, et mon adaptation a été aisée. Je suis heureuse et très reconnaissante d'avoir dorénavant un chez-moi où je me sens bien ; si j'y suis parvenue, c'est surtout grâce à vous. Cette aide généreuse et pragmatique de la part d'une fondation est loin d'aller de soi. Aussi suis-je pleine de gratitude envers elle.

Andrea Beeler, Alpthal

La saison de curling a été une grande source de satisfaction : cette année, nous avons décroché le titre de champions suisses au tournoi de Saint-Gall, et l'équipe suisse a fini 5^e aux championnats du monde, ce qui offre la possibilité de participer aux prochains Jeux olympiques. Avec la chaise roulante que la Fondation a financée en partie, mon aisance et mon plaisir sont immenses pour performer et progresser. Je vous remercie de m'accorder la possibilité d'évoluer encore davantage en ayant accepté de me mettre à disposition cette chaise roulante légère et dynamique. C'est très plaisant de pouvoir atteindre un niveau d'élite en cumulant volonté et matériel ad hoc. Je vous en suis profondément reconnaissant.

Patrick Delacrétaz, Signèse / Ayent

ANECDOTE

Racontée par un lecteur de « Paraplégie », Christian H., habitant Bâle

Les bains de foule n'effraient pas Christian H., en fauteuil roulant depuis plus de vingt ans. Pas même le carnaval de Bâle qui débute avant l'aube au son des fifres et des tambours, et ne manque pas de pittoresque quand – fait ô combien courant – quelqu'un ou quelqu'une atterrit sur ses genoux. Mais, il est un autre phénomène qui se généralise : les gens qui se promènent les yeux rivés sur leur portable ou la tête en l'air à téléphoner. Ce qui les empêche de voir leurs semblables en fauteuil roulant. « J'ai intérêt de me faire remarquer pour esquiver les accrochages et collisions de plein fouet », explique Christian H. « Hélas, ce manque de respect met tout le monde en difficulté, ceux en chaise roulante et les autres. » Pour l'heure, il s'est accommodé de maintes situations périlleuses. « Il faudrait que les gens s'en détachent pour voir ce qui se passe dans la vraie vie », suggère-t-il. Sinon, en ville, les personnes en fauteuil roulant ne pourront bientôt plus faire l'économie d'un sifflet ou d'une sonnette...



Vous avez une anecdote à nous raconter en lien avec votre fauteuil roulant ou celui d'une autre personne ? Écrivez-nous : redaktion@paraplegie.ch

Impressum

Paraplégie (41^e année)

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

Édition

Septembre 2019 / n° 159

Parution

trimestrielle, en allemand, français et italien

Tirage total

1 038 323 exemplaires (certifiés)

Tirage français

78 669 exemplaires

Copyright

Reproduction sous réserve de l'autorisation de l'éditeur

Éditeur

Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques
6207 Nottwil

Rédaction

Rédacteur en chef : Stefan Kaiser (*kste*), Peter Birrer (*pmb*), Cathérine Gasser (*gasc*), Brigitte Hächler (*hbr*), Manuela Marra (*manm*), Tamara Reinhard (*reta*), Stefanie Schlüter (*scst*), Martin Steiner (*mste*), Manuela Vonwil (*vom*)
redaktion@paraplegie.ch

Photographies

Walter Eggenberger *we*
Beatrice Felder *febe*
Astrid Zimmermann-Boog *boa*
Sébastien Agnetti (*pages 20 – 25*)

Croquis

Roland Burkart, rolandburkart.ch
(*page 19*)

Traduction

Marie-Line Joalland

Maquette

Regina Lips (responsable) *rel*
Annemarie Kreiliger *kran*

Préresse / Impression

Vogt-Schild Druck AG
4552 Derendingen

Changements d'adresse

Service Center
Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques
6207 Nottwil, tél. 041 939 62 62
sps@paraplegie.ch

Formulaire en ligne pour toute modification : www.paraplegie.ch/service-center

La revue pour les bienfaiteurs est distribuée dans un emballage respectueux de l'environnement (film en polyéthylène).

imprimé en
suisse

Abonnement à « Paraplégie » compris dans la cotisation : 45 francs pour les membres individuels et familles monoparentales avec leurs enfants, 90 francs pour les conjoints et familles. 1000 francs par personne pour les affiliations permanentes.

Les membres touchent un montant de soutien de 250 000 francs en cas de paralysie médullaire due à un accident avec dépendance permanente du fauteuil roulant.

paraplegie.ch/devenir-membre

Édition de décembre 2019



AUTOFOCUS

Voyage, voyage

La mobilité, un défi

Quand on est en fauteuil roulant, voyager n'est pas toujours chose aisée. Et, comme les termes « accessible en fauteuil roulant » ou « adapté aux personnes à mobilité réduite » recouvrent parfois des réalités fort différentes, il faut être fin stratège, car un beau voyage peut vite mal tourner si on n'a pas pris ses dispositions. Bouger sans être tributaire d'un tiers aidant est un capital précieux. La Fondation suisse pour paraplégiques aide les personnes concernées éprises de voyages, en gommant les barrières.

Agenda

5–8 septembre, Nottwil

Inauguration du ParaForum

L'ouverture du nouvel espace visiteurs donnera lieu à de grandes festivités.

www.paraforum.ch

21–22 octobre, Nottwil

Cours de secourisme (niveau 1 IAS)

Institut suisse de médecine d'urgence

www.sirmed.ch

9 novembre, 10–16 h, Nottwil

Meet Active @ SPZ Nottwil

Fête ouverte au grand public pour les 20 ans d'Active Communication, aula du CSP

www.activecommunication.ch

27 novembre, 19 h 30, Nottwil

Événement littéraire avec Marion Poschmann

Bibliothèque dans le bâtiment GZI, entrée libre

29–30 novembre, Messe Luzern

Swiss Handicap 2019

www.swiss-handicap.ch

Mille raisons d'espérer



Une expérience longue de 25 années
et 27 000 traitements en ambulatoire

www.spz.ch



Centre
suisse des
paraplégiques

Devenir
membre :
paraplegie.ch

J E N ' Y P E U X R I E N .

STEPHAN

Cela peut arriver à n'importe qui. Une faute d'inattention d'un tiers peut changer radicalement votre vie. Nous aidons les para et tétraplégiques à rebondir. Vous aussi en cas de coup dur.



Fondation
suisse pour
paraplégiques