

Une course de fond contre la maladie et ses spasmes

Yves Auberson Atteint de Parkinson, le Nyonnais a parcouru plus de 1000 kilomètres dans les Alpes.



Thérèse Courvoisier Texte
Odile Meylan Photo

Un arrêt sur image. Comme sur la photo qui accompagne ce portrait. Yves Auberson en rêve. Pouvoir mettre son corps sur pause, arrêter les spasmes et tremblements ne serait-ce qu'un instant. «Avoir la tronche pas trop de traviole», plaisante le Nyonnais de 51 ans qui vit avec la maladie de Parkinson depuis quinze années déjà. Parfois, pourtant, cela arrive. Indépendam-

ment de sa volonté, il se fige comme soudain coulé dans le béton. Il «freeze», comme il dit, et doit se concentrer intensément sur chacun de ses membres pour essayer de le remettre lentement en action. Non, la maladie de Parkinson n'est pas faite que de tremblements et ne touche pas que les personnes âgées.

Avant de prendre la pose, il est allé se faire beau dans la salle de bain de son studio où il vit de manière totalement indépendante. Il est revenu avec le sourire et de l'eau dans les cheveux. «Le regard des autres est une des choses les plus difficiles à affronter pour moi, avoue-

«Quand je monte m'installer à l'étage dans un wagon de train, il se vide en quelques minutes. Un à un les gens partent. Je ne leur en veux pas, ils ne peuvent pas comprendre...»

t-il avec franchise. Alors, quand j'ai l'impression de pouvoir presque contrôler mon image, autant faire un effort!» Il enchaîne en racontant une anecdote particulièrement poignante. «Quand je monte m'installer à l'étage dans un wagon de train, il se vide en quelques minutes. Un à un les gens partent. Je ne leur en veux pas, ils ne peuvent pas comprendre, et ce serait trop long et pénible à expliquer à chaque fois. Mais c'est aussi pour changer la perception que le grand public a de la maladie de Parkinson que je me suis lancé dans mon défi.» Mais de quel défi parle-t-il, lui pour qui se lever chaque jour

en est un de taille, surtout récemment? Celui d'attirer l'attention sur sa maladie puis d'aider les autres personnes atteintes de Parkinson en parcourant plus de 1000 kilomètres à pied dans les Alpes suisses, et ce en moins de 100 jours. Un challenge énorme quand on connaît ses difficultés motrices. Un parcours risqué, sachant que son corps le pousse parfois à faire des écarts importants qui pourraient le faire tomber et se blesser grièvement en montagne. Mais un but essentiel dans la boîte crânienne de cette «tête de mule», comme le qualifient affectueusement la plupart de ses amis.

Compétiteur dans l'âme depuis son adolescence, champion suisse junior de golf, son premier métier, Yves Auberson a toujours utilisé sa tête et son corps pour se réaliser. «Je suis sportif depuis que je suis gamin. Je jouais au tennis, puis j'ai chopé le virus du golf dès que j'ai essayé. Mettre cette balle dans le trou, et prendre le moins de coups possible pour le faire, ça m'obsédait», se marre-t-il en mesurant à quel point ses propos paraissent futiles face à son combat désormais quotidien.

Rire des absurdités

Il parvient néanmoins à faire le lien entre le passé et le présent, avec l'aide de son compagnon de toujours, le fidèle ami Michel Zryd, son ancien prof de sport, qui a rencontré Yves sain et qui continue à le charrier au quotidien malgré sa maladie. «Quand il devait ressortir sa balle d'un buisson, il devait se débrouiller seul, parce que c'est lui qui l'avait mise là. Aujourd'hui c'est pareil: il veut encore se sortir seul de certaines situations et il a le chic pour parfois se mettre bien dans la mouise...»

C'est donc seul - accompagné à distance mais aussi parfois sur le terrain - qu'il a hissé son sac à dos trop lourd sur ses épaules, qu'il a pris ses bâtons et qu'il est parti relever ce pari le 4 juillet 2020. «Yves et moi partageons une relation d'amitié très forte, explique sa meilleure amie, Christine Tripet, qu'il a connue alors qu'ils étaient tous les deux coaches sportifs. Il était très cartésien, fonctionnait comme un tableau Excel, alors que moi j'étais superextravertie. Mais avec la maladie les rôles se sont inversés. Je suis allée marcher avec lui lors de son défi et c'est moi qui ai dû le cadrer, parce qu'il est clairement un peu fou!» Tenir le cap, ne pas prendre de retard et surtout se relever. Tous les matins ou quand une mauvaise chute lui provoque une entorse à une cheville juste avant que ne le rejoigne son fils adoré, Arno. Avec son mental impressionnant, il s'efforce de contrôler la douleur. «Mon père est un homme courageux et entreprenant, explique le jeune homme de 16 ans. Je suis très fier d'être son fils, car il essaie de démontrer que même en étant atteint de Parkinson on peut tout faire si on le veut vraiment.»

Car la liste de choses à accomplir du Nyonnais est encore longue. À peine sa boucle alpine bouclée avec succès, il disait déjà «le défi commence maintenant». Car même si sa longue marche l'a rempli de satisfaction et de dopamine, cette hormone dont il avoue cruellement manquer actuellement, il ne l'a pas faite pour lui. Ces retombées médiatiques qui arrivent enfin - le titre de personnalité de l'année 2020 pour le quotidien «La Côte», des reportages sur les chaînes suisses et françaises et, reconnaissance absolue pour un sportif, un article dans «L'Équipe» - servent sa cause. «J'aimerais que les gens comprennent ce qu'il nous arrive et j'aimerais aider les autres personnes atteintes de Parkinson à mieux vivre leur maladie.»

C'est ainsi qu'Yves Auberson a entamé une collaboration avec la Clinique Valmont, à Montreux. Les détails doivent encore être peaufinés après l'opération tant attendue qu'il doit subir début mars et qui devrait diminuer les effets de la maladie. Idéalement, il aimerait donner des conférences sur la maladie de Parkinson, mais aussi devenir le coach sportif d'autres malades. «Yves a beaucoup traversé et reste plus positif que la plupart des gens, explique Timo, le fils de son ex-compagne, qu'il a élevé. C'est un exemple à suivre dans beaucoup de domaines, notamment le dépassement de soi. Il a toujours été là pour moi et je ne le remercierai jamais assez.»

www.defi-parkinson.ch

Bio

1969 Naissance le 6 mars. **1983** Après le tennis, il découvre le golf «et j'ai immédiatement descendu ma raquette à la cave». **1989** Champion suisse junior de golf. **1994** Stoppe sa carrière de golfeur pro. **2000** Diplôme de coach sportif à Macolin. **2004** Célébration d'un «non-mariage» avec son épouse, Sophie, et naissance de leur fils Arno. Premiers signes de la maladie de Parkinson. **2008** Le diagnostic est confirmé. **2020** Se lance dans un projet fou: parcourir plus de 1000 kilomètres en 100 jours à pied dans les Alpes. **2021** Personnalité 2020 du journal «La Côte». Le 10 mars il se fera opérer pour qu'on lui pose des électrodes sur le cerveau afin, notamment, de diminuer ses spasmes.