

L'homme qui a réussi à faire de son accident une force

En 1993, Jérôme Bagnoud a vu sa vie bouleversée. Un accident de moto le rend paraplégique. Il perd également l'usage de son bras droit. Vingt ans après, ce Valaisan, établi à Chamason, est parvenu à se rendre la vie belle. Également très engagé dans la cause du handicap, il préside le club en fauteuil roulant du Valais Romand et Forum Handicap Valais. Portrait.

«Aux soins intensifs, je me souviens m'être dit: si c'est un rêve, j'arrête la moto.» En voyant un infirmier s'approcher de lui, Jérôme Bagnoud a pourtant dû faire face à la réalité. Un accident de moto l'avait rendu paraplégique et le privait à jamais de l'usage de son bras droit resté coincé dans la glissière de sécurité au moment du choc. C'était il y a vingt ans. «Mon accident a complètement bouleversé ma vie familiale, intérieure et professionnelle», raconte ce Valaisan, qui a fêté ses cinquante ans il y a quelques semaines à peine.

Aujourd'hui, ce papa de deux enfants, est plutôt bien dans sa peau. Président du CFR Valais Romand et président de Forum Handicap Valais – qui regroupe une trentaine d'associations liées au monde du handicap – Jérôme Bagnoud n'a de cesse de se mobiliser pour permettre à toutes les personnes en situation de handicap d'avoir une vie aussi agréable que possible dans un monde souvent peu adapté.

■ La lutte pour l'indépendance

Car Jérôme Bagnoud sait mieux que quiconque l'importance d'avoir accès à l'indépendance. «Ce n'était pas acquis au départ, surtout dans ma situation. J'ai eu de la chance d'avoir un physiothérapeute et une ergothérapeute qui ont cru en moi dès le début. Ils ont cherché et trouvé de multiples solutions pour que je puisse, par exemple, faire ma toilette seul», raconte-t-il. L'homme s'est battu, jour après jour, pour gagner en indépendance millimètre par millimètre. «Je me fixais des étapes: aller dans le fauteuil roulant, entrer et sortir seul de mon lit...» En tout, ses treize mois de rééducation à l'ancien centre pour paraplégiques Beau-Séjour à Genève lui ont permis de vivre sans aide extérieure.

Marié et papa de deux enfants – sa fille Déborah était alors âgée 2 ans ½ et son fils Sébastien de 9 mois, Jérôme Bagnoud tente de garder une vie privée et familiale équilibrée. «Le plus difficile, quand on sort de l'hôpital, c'est qu'on compare tout le temps notre situation d'avant et celle d'après l'accident. Nous, on n'a pas l'impression d'avoir changé, mais les gens nous voient différemment. Pour ma femme par exemple, je n'étais plus l'homme qu'elle avait

épousé.» Après quelques temps, le couple s'est donc séparé. Jérôme Bagnoud vit alors seul dans un appartement, et accueille deux fois par semaine ses enfants. «Nous nous sommes ensuite remis ensemble avec ma femme, avant de nous séparer définitivement», raconte-t-il.

■ Conduire sa voiture, une victoire

L'homme refuse cependant de se laisser aller et continue à se battre pour garder son indépendance. Grâce au spécialiste Xavier Tornay de Chartrat, Jérôme Bagnoud peut à nouveau conduire une voiture. «J'ai eu de la chance car ce garagiste a énormément planché pour inventer un système me permettant de conduire avec mon seul bras gauche.» Jérôme Bagnoud accélère ainsi en haussant son épaule droite et il freine grâce à une pièce spéciale installée sur le volant.

Une fois sa mobilité retrouvée, le Valaisan a décidé de chercher un nouveau travail. Éducateur spécialisé dans un foyer pour enfants en difficultés à Salvav avant son accident, il a choisi d'apprendre les bases du métier d'employé de commerce grâce à un ami qui l'a engagé comme stagiaire. «L'AI ne m'offrirait aucune possibilité professionnelle. Pourtant, je voulais continuer d'être actif. C'était donc à moi d'essayer de trouver quelque chose», ajoute-t-il. Une fois la confiance en ses possibilités et un équilibre mental retrouvés, il entreprend plusieurs démarches



auprès d'établissements s'occupant de personnes handicapées physiques. Sans succès. «J'ai été très déçu par l'accueil qu'on m'a fait.» Il décroche finalement un poste d'enseignant à l'Orif, une organisation qui s'occupe de jeunes apprentis en difficultés. Il y travaille à mi-temps depuis 14 ans à la plus grande satisfaction de son employeur.

■ Cesser d'être dans la comparaison

Au fil des ans, Jérôme Bagnoud s'est reconstruit. «J'ai pratiqué de nouvelles activités et rencontré des amis qui ne m'avaient pas connu avant l'accident; j'ai cessé d'être dans la comparaison avec celui que j'étais avant. J'essaie d'ailleurs toujours de me dire: «Qu'est-ce que je fais avec ce que j'ai?» et non pas de regretter sans cesse ce que je n'ai plus et ce que je ne peux plus faire.» Des valeurs qu'il transmet aussi à ses enfants. Avec succès. Il suffit de voir la belle complicité qui le lie à sa fille et à son fils. «Pour eux, le fait que je me déplace en fauteuil roulant est vu comme un exemple de détermination plutôt que comme une déficience» précise Jérôme Bagnoud.



Le quinquagénaire ne cesse de répéter qu'il n'est «ni un héros, ni une victime. Je me considère comme un homme qui essaie de vivre simplement ma vie». Il ajoute même, paradoxalement, que son statut de paraplégique lui procure quelques avantages. «Cela m'a donné une grande confiance en moi, et surtout, c'est un bon filtre. On voit tout de suite si les personnes qu'on rencontre sont intéressantes. Les égoïstes ou les gens trop compatissants sortent vite de ma vie.»

S'il n'est pas un héros, Jérôme Bagnoud reconnaît tout de même qu'il lui faut beaucoup de volonté et de motivation chaque matin pour se préparer. «Il me faut 3 à 4 heures pour tout gérer, comme aller aux toilettes, me doucher, m'habiller... C'est pour cela que j'ai envie que ma journée soit riche ensuite et surtout de ne pas me prendre la tête pour des choses qui n'en valent pas la peine.» Et l'homme d'ajouter en souriant que son plus grand handicap est «d'être râleur» et d'avoir besoin de 9 à 10 heures de sommeil. «Cela me met souvent en décalage. Je vais tard me coucher et me réveille en fin de matinée (quand j'ai congé); le plus grand luxe est de pouvoir décider de son rythme de vie.»

■ Sentimentalement heureux

Aujourd'hui, Jérôme Bagnoud vit seul dans sa maison à Chamason, mais cultive sa vie sentimentale avec sa compagne Christine depuis trois ans, sans l'ombre d'un nuage. «Si je ne m'étais pas retrouvé en fauteuil roulant, je ne l'aurais pas connue. Et comme mes enfants sont grands, qu'ils ont créé leur propre vie, je profite de passer du temps avec ma chérie, d'aller au ciné, au théâtre, de faire des soirées avec des amis...» Il prépare aussi quotidiennement des petits plats pour son amoureuse. «Heureusement pour lui d'ailleurs, car je suis vraiment nulle en cuisine...», note Christine en riant.

■ Un homme engagé

Jérôme Bagnoud savoure ses loisirs, mais ne ménage pas son temps pour les deux associations qu'il préside. «Je m'implique de plus en plus dans la vie associative, car j'en ai assez que des personnes valides prennent des décisions à notre place. Nous sommes suffisamment grands pour savoir ce qui est pertinent pour nous», lance-t-il sur un ton très engagé. Depuis plusieurs années, Jérôme Bagnoud n'hésite pas à sensibiliser les politiques à la cause du handicap. «Parfois, ils ont juste besoin d'être informés.» Au sein du CFR Valais Romand, Jérôme Bagnoud tient aussi à créer une ambiance conviviale dans des activités de groupe que les personnes paraplégiques ou tétraplégiques ne pourraient effectuer individuellement.

A le voir radieux dans sa maison à Chamason, impossible de douter du bien-être de Jérôme Bagnoud. «Je me sens en harmonie avec moi-même et mon entourage, c'est vrai», approuve-t-il. A l'heure du bilan de sa vie, l'homme ne peut qu'être heureux. «J'étais dans une situation privilégiée avant l'accident qui m'a plongé dans un désarroi immense, mais vingt ans après, je me sens bien. Pour moi, c'est ça, la plus grande réussite dans la vie. Ce n'est pas d'être médaillé olympique ou d'être multimillionnaire, mais d'être en harmonie avec les gens avec qui nous sommes, avec soi et avec nos actes.»

Même si l'homme reconnaît que cet équilibre reste fragile. «Une simple coupure à un doigt par exemple peut prendre des proportions énormes et avoir des grandes conséquences sur ma vie, car je ne peux plus rien faire seul!» C'est sans doute cette conscience de la fragilité du bonheur qui le rend encore plus intense.



Barbara Ziova