



À 60 ans, le Fribourgeois Jean-Marc Berset a pour objectif de participer aux Jeux paralympiques de 2021 pour concrétiser un pacte scellé avec son épouse.

«À Tokyo, nous serons deux sur le handbike»

EMMANUEL FAVRE
emmanuel.favre@lematindimanche.ch

Jean-Marc Berset, vous avez 60 ans et l'obsession de participer aux Jeux paralympiques de Tokyo.

Obsession, c'est le bon mot. En 2016, j'avais été écarté de la course à la sélection pour les Jeux de Rio alors qu'il n'y avait aucune raison. La Fédé avait pris un autre athlète qui n'avait pas couru pendant près de deux ans. Sur le moment, c'était un coup de massue. Je faisais face à un profond sentiment d'injustice et j'avais perdu l'envie. L'échec fait partie de la vie. Mais lorsqu'il trouve ses racines dans l'arbitraire, ce n'est pas acceptable. J'ai mis un an à m'en remettre.

Qu'est-ce qui vous a incité à repartir? Le besoin de reconnaissance?

Non, je n'ai pas besoin de reconnaissance. Les médailles aussi, je les ai. J'ai juste envie de participer une dernière fois aux Jeux. C'est mon fil rouge. Je ne roule pas après tout ce que j'ai déjà eu. J'ai une motivation plus personnelle.

Laquelle?

2017 et 2018 ont été des années très compliquées. Mon épouse, Fabienne, a fait une dépression. Durant cette période, je me suis posé énormément de questions. Y ai-je contribué? Ai-je fait quelque chose de faux? Ai-je été trop égoïste? La voir comme elle est maintenant, ce n'est que du bonheur. Je lui ai dit: si je repars dans l'aventure olympique, je n'y vais pas seul, on y va ensemble.

C'est-à-dire?

À Tokyo, on sera deux sur le handbike. On s'est sorti d'un contexte difficile et on va aller au bout du projet ensemble. Rien que de dire que nous serons les deux sur le vélo, cela me donne des frissons. Je ne le fais pas pour la gloire, je le fais pour nous.

C'est quoi, en fait, le handbike?

C'est exactement comme le vélo, mais pour des personnes en fauteuil. On pédale avec nos mains et deux disciplines figurent au programme, un contre-la-montre d'une vingtaine de kilomètres et une course en ligne de quelque 60 bornes.

Dans votre livre, vous évoquez des entraînements de dingue sur un rouleau dans le garage et 250 tours de piste au vélodrome d'Aigle trois fois par semaine. À quoi pensez-vous durant ces moments?

À Tokyo. Il faut trouver de la motivation, sinon tu te bloques. Parce que, durant l'hiver, lorsqu'il n'est pas possible de rouler à l'extérieur, je passe vingt heures par semaine sur le rouleau.

Ne seriez-vous pas un drogué du sport?

C'est un peu ça. J'ai l'envie et le besoin de souffrir à l'entraînement. Je ne peux pas envisager une journée sans sport. C'est comme ça, un athlète de haut niveau doit être égoïste sinon il ne va pas y arriver.

Êtes-vous sûr de représenter la Suisse à Tokyo l'été prochain?

Aucune idée. Je suis un athlète concerné, mais je n'ai pas reçu la moindre information. J'avais rempli les critères en 2020. Visiblement, pour 2021, il faudra repasser par une sélection interne, mais mes



chances sont intactes.

Quels sont les critères?

Je ne les ai même pas regardés car nous sommes au même point que l'année dernière. Il n'y a pas de compétitions. Et faire une course de village entre les Suisses, cela ne veut rien dire. Il y a donc un gros point d'interrogation qui subsiste. Je m'entraîne comme avant, je suis dans les plans pour être en forme pour les courses de qualifications, où il ne faudra pas se louper, avant de prendre de la récupération avant les JO. La situation est ambiguë, il faut avoir la tronche pour résister.

De quand date votre dernière course?

Du mois de juillet 2020 aux championnats suisses. J'avais fait deuxième derrière Heinz Frei. Quatre Suisses iront à To-

kyo... Cette fois, s'ils ne me prenaient pas, il faudra qu'ils me disent pourquoi. J'estime que l'âge ne doit pas entrer en ligne de compte.

Aller aux Jeux à 60 ans, est-ce normal?

Non, c'est aberrant. Mais moi je ne vise pas la médaille, je vise la sélection. En dix ans, la compétition est devenue farouche. En 2009, si je décidais de m'échapper, je le faisais assez facilement. Aujourd'hui, cela n'est plus possible. Pourtant, je suis aussi fort qu'il y a dix ans. Avoir ce but à 60 ans, c'est vrai, ce n'est pas logique. Mais après tout on s'en fout, je ne dois rien à personne. Je n'ai plus de sponsors.

Combien coûte une préparation pour les Jeux?

Une saison, c'est plus de 50'000 francs. Je me prépare depuis près de quatre ans.

Êtes-vous un sportif respecté?

Oui, on est des personnes à part entière. On est «extra-ordinaires», avec le trait d'union, je dirais. On a une très haute reconnaissance de la part des athlètes valides. Parce que, eux, ils savent ce qu'on a fait pour pouvoir aller aux Jeux ou aux championnats du monde. Il y a

quelques jours, j'ai croisé l'ancien cycliste professionnel Daniel Atienza. Il bavait devant moi. Il sait ce que c'est de souffrir.

Vous dites «si on me donnait la pastille pour marcher demain matin, je ne la prendrai pas»...

Cela peut choquer, j'en ai conscience. J'espère de tout cœur que la médecine trouvera la panacée pour permettre à des gens de remarcher. Mais, moi, je ne voudrais pas remarcher demain. Deux générations, presque trois, dont mes enfants, ne m'ont vu que comme ça. Si j'attendais la pastille, cela signifierait que je ne m'accepte pas tel que je suis. Et que serais-je s'il y avait la pastille? Recommencer une nouvelle vie à 60 ans, cela voudrait dire que je ressens un manque, ce qui n'est pas le cas.

Le regard des gens a-t-il changé?

Oh oui, c'est tout différent. En septembre 1983, quand je suis rentré à la maison après mon accident de la route, c'était compliqué. Les gens ne savaient pas comment m'aborder. Ils avaient peur de ma réaction. Mais maintenant, à force de prendre le temps de discuter, de répondre à des questions toutes simples du style «Tu fais comment pour aller aux toilettes?» les barrières ont disparu. Il faut toujours expliquer pour que l'approche soit saine et productive.

Qu'est-ce qui vous énerve encore dans le comportement des valides?

Les places de parc pour handicapés qui sont squattées. Les gens qui font ça pénalisent des personnes qui en ont vraiment besoin. Dans un stationnement normal, on n'a pas la place pour sortir le fauteuil.



À LIRE

«Contre-la-montre,
Biographie de Jean-Marc
Berset»
Mélanie Richoz
Éd. Slatkine, 101 pages



Jean-Marc Berset, le regard rivé vers Tokyo malgré les incertitudes. Yvain Genevay/Le Matin Dimanche



En chiffres

4

Le Fribourgeois Jean-Marc Berset a pris part à quatre Jeux paralympiques. En 1988 (Séoul), en 1992 (Barcelone) et en 1996 (Atlanta) en athlétisme. En 2012 (Londres) en handbike.

5

Il a raflé cinq médailles sur des sites olympiques. Il regrette cependant sa quatrième place au contre-la-montre des Jeux de Londres alors qu'il était le favori de l'épreuve.

6

Il a pris part à six championnats du monde dans les deux sports depuis 1986. Il a accédé dix fois au podium.