
SANS

LES





yeux

Au club cyclo de Cergy, des pilotes se mettent au service de cyclistes non-voyants ou malvoyants. Il n'est pas si facile d'être les yeux d'un(e) autre à l'avant d'un tandem, et le club cherche en permanence des pilotes ; qui eux aussi apprendront en retour, et feront l'expérience d'une autre manière de rouler. Utile, tournée vers les autres.

.....
*Texte : Swanee Ravonison
Photos : Sandrine De Pas*



S

amedi 16 mars, 22 heures, gare de Cergy-Préfecture. Au milieu de la foule indisciplinée des lieux de passage, Joseph nous attend, impassible. Il guette notre arrivée. Sa cécité ne se remarque pas immédiatement. Son regard incertain nous cherche à travers le brouhaha, jusqu'à nous accrocher, Stéphane et moi. Puis il nous invite à le suivre, avec un large sou-

rire. Au pas de course, nous traversons l'immense parc François-Mitterrand. Canne blanche à la main, Joseph marche vite. Depuis presque vingt ans il prend le RER matin et soir. « 1 h 30 de trajet pour aller travailler place Beauvau à Paris, c'est ma manière de faire de l'exercice. » Joseph fait un stop devant l'imposante pyramide de verre inversée dessinée par Henry Bernard en 1970. « C'est ici que travaille Laurence, elle est employée au conseil départemental. » En dix minutes, nous rallions le petit lotissement pavillonnaire où il réside avec sa compagne, depuis dix-huit ans. Laurence nous accueille chaleureusement malgré notre arrivée tardive. Son visage, expressif, dit tout son enthousiasme. Laurence aussi est non-voyante. Elle a perdu la vue quelques jours après sa naissance. Joseph distingue difficilement les volumes. Une maladie rare a emporté sa vue.

On pourrait franchir le seuil de leur maison en appréhendant de céder à un voyeurisme coupable. Mais l'hospitalité de Laurence et Joseph balaye les clichés. Nous

retrouvons dans un domicile ordinaire, à ceci près que rien ne traîne par terre. Stéphane et moi en prenons note, et nous regroupons nos affaires à un endroit convenable. Nous buvons une infusion, je leur offre des Négus de Nevers, des calissons de caramel mou enrobés de caramel dur. Il est presque minuit quand nous décidons d'aller nous coucher. Demain, il y a vélo.

Apprendre à communiquer

À 9 heures et par - 3 °C, nous sommes attendus devant le garage tout proche par Michel, un sociétaire du club cyclo de Cergy, et Guillaume. Guillaume est l'un de ces lecteurs hors concours qui ont rejoint l'équipe de 200. Pour l'occasion, il fera son baptême de tandem. Michel, passionné par le Vexin, adepte du cyclo-camping depuis son plus jeune âge, nous fera découvrir les alentours. Joseph et Laurence sont prêts avant nous. Ils portent la tenue bien voyante du club, et un sac contenant une poche à eau. Après avoir monté mes pédales et réglé ma hauteur de selle, je constate que les deux pédaliers du tandem que nous allons utiliser avec Laurence ne sont pas synchronisés. Impossible de démarrer. « Déraille un côté et positionne correctement les manivelles avant de remettre la chaîne », suggère Guillaume. Je m'exécute et tout rentre dans l'ordre, ce qui calme immédiatement l'inquiétude de Joseph.

Étant plus petite que les autres pilotes, je dois baisser ma selle et par conséquent le guidon de Laurence, qui y est fixé. Laurence doit s'adapter. Pour partager un vélo, il faut accepter des compromis. Nous voilà partis pour



une balade d'une cinquantaine de kilomètres. En tandem, il est important que la personne installée à l'arrière se sente en sécurité, car devant, on ressent tous ses mouvements. J'adopte une conduite souple. Nous devons aussi communiquer efficacement, clairement et précisément. « Virage à droite, virage à gauche, dos d'âne, croisement, rond-point, feu rouge, stop, nid-de-poule, sable, cailloux, trous, caniveaux, voiture, chien, vélo, photo, je ralentis, change de vitesse... » Mais la consigne la plus importante, celle que nous avons mise au point ensemble avant de partir, est que je dois toujours m'arrêter en mettant le même pied à terre en premier, le gauche, et démarrer avec la même pédale en haut, la droite. Laurence, elle, se charge de tendre le bras idoine pour indiquer que nous tournons et de donner la première impulsion, celle qui nous met en équilibre.

« Ça pousse ! »

Comme Laurence, Joseph souffre d'une position un peu trop basse sur le vélo, qu'il soulagera de temps en temps en lâchant les mains pour redresser son dos. Heureusement, il a vite senti que Guillaume, son pilote, maîtrisait le sujet, et qu'il en avait sous la pédale. Très rapidement, nous avons vu la paire nous distancer. Guillaume : « C'est que ça pousse derrière, comme sur un VAE ! » Annie, non-voyante, elle aussi licenciée au club, se fait quelques frayeurs au démarrage avec Stéphane. Comme Laurence et Joseph, elle a l'habitude de ces sorties à vélo. Elle explique à son pilote les procédures à suivre. Sur leur tandem, les pédales sont liées par une cordelette,

1

Duo

Guillaume, pilote, et Joseph, stocker décidé à ne pas amuser le terrain.

2

Partage

Faute de regards il faut s'accorder autrement, parler beaucoup pour faire avancer ensemble le tandem.

ce qui empêche toute initiative du conducteur. « Le fil permet de régler les pédales ensemble pour que les cale-pied se mettent toujours en bonne position, comme ça, je les enfile sans hésiter ! » Il est très rare qu'Annie, Laurence et Joseph roulent ensemble. « Il nous est difficile d'avoir en même temps trois pilotes disponibles. Cela rend notre virée exceptionnelle ! »

Nous visitons le Vexin par de petites routes sinueuses qui traversent de jolis villages au bord de l'Oise et posons devant l'hôtel où Van Gogh a séjourné. C'est vallonné, parfois escarpé, les maisons bourgeoises disputent l'espace à d'imposants haras. Il y a peu de circulation et beaucoup de cyclistes, des polis, des moins polis, des pressés, des curieux, des solitaires et des grégaires.

Michel devise, il connaît tout de l'histoire locale. Joseph a des fourmis dans les jambes, il a envie de profiter de l'énergie de Guillaume. Avec Laurence, il nous est difficile de rester à leur contact. « C'est pour ça que je ne roule jamais avec Joseph : je n'arrive pas à le suivre ! »



À chaque montée, nous nous battons pour ne pas trop réduire notre vitesse et risquer le surplace, synonyme de chute. Le tandem a sa logique propre. Mouliner, par exemple, a tendance à faire guidonner, car le poids et l'envergure de l'engin se font sentir. Se mettre en danseuse à deux ? Pourquoi pas, mais c'est un pari risqué.

Prendre sa place

J'ai du mal à donner des informations, souffle court oblige, mais Laurence reste curieuse. La précision des gestes aussi en souffre, dans les moments critiques. En haut d'une côte, je pose le mauvais pied à un feu rouge, ce qui me vaut un petit retour de pédale. J'ai l'habitude d'avalier les kilomètres sans vraiment faire attention au nom des villages. Soit parce que je les connais, soit parce que je suis sagement les instructions du GPS. Laurence tient à savoir où elle est. Elle est attentive à l'environnement, aime connaître la nature et l'origine des bruits, et des odeurs. Ces données lui permettent de profiter et d'être rassurée. « La route est mouillée et nous traversons une partie boisée. » « Derrière, il y a une voiture qui veut doubler. » « Là, c'est le vent dans une palissade de chantier. »

Décrire ce que l'on voit n'est pas naturel. Au début, cela demande un effort, de l'attention, de la sensibilité, du vocabulaire et beaucoup de curiosité. Il faut être capable d'anticiper et d'expliquer ce que l'on voit pour que le partage soit complet. C'est une manière différente de faire du vélo. Une belle cohésion entre pilote et copilote garantit l'efficacité et le plaisir. Mieux la paire fonctionne, plus grandes sont les sensations.

Dans la circulation, pour garder notre espace vital, nous prenons toute notre place. Trois tandems, ça impose le respect... Après une matinée, nous nous sentons à l'aise. Le tandem encourage l'échange, nous faisons connaissance et développons une belle complicité. Nous nous permettons même quelques manœuvres périlleuses, comme monter un trottoir ou faire un demi-tour.

À 13 heures, on se retrouve tous autour du déjeuner. L'occasion de discuter, de comprendre que Laurence et Joseph sont totalement autonomes et apprivoisent vite un espace, mais surtout que je parle trop fort. Le handicap disparaît, l'ambiance est joyeuse.

Le col qui pétille

C'est par hasard, lors d'un rassemblement d'associations, que Joseph a découvert le tandem. Ce drôle d'engin allait lui permettre de devenir un cycliste. En 2001, il prend une licence au club de Cergy. Laurence le rejoint en 2004. Rapidement, Joseph participera à de nombreuses épreuves cyclotouristes. Avec Alain, Éric, Jean-Pierre, Jean-Marc, Michel et surtout Stéphane, il viendra à bout de quelques brevets. En 2013, il entrera au Club des cent cols en franchissant « le pétillant col de Crémant, dans l'Yonne » le lendemain de son anniversaire.

Joseph tient un carnet de bord où il fait le récit de ses épopées. On peut lire quelques-uns de ses articles sur le blog du club de Cergy. Comme il tient à le préciser, « ce n'est pas pour me mettre en avant, mais pour honorer les pilotes ». Il nous montre des coupures de journaux, des photos, des dessins qu'il garde précieusement.

En 2012, avec les participants du projet Arc-En-Ciel, en préambule aux Jeux paralympiques, ils sont allés jusqu'à Londres. Un voyage de six jours qui leur a permis de découvrir l'itinérance et de vivre une belle expérience avec d'autres personnes souffrant de handicaps.

Flore et Cindy, leurs filles, étaient très jeunes, quand Laurence gagna un VTT à la tombola de l'école primaire.



“La route est mouillée et nous traversons un bois.”
“Là, c'est le vent dans une palissade de chantier...”

Allure

Le vent de face, et ce tandem qui grimpe mal. Il faut se parler, parler toujours.

L'envie était trop grande, il fallait l'essayer. Ses filles ont tenté de la guider à la voix, mais l'expérience fut périlleuse. « C'était trop dangereux, et ça donnait trop de responsabilités aux filles. Je ne suis pas très fière de leur avoir demandé de prendre tous ces risques. » Laurence a aussi testé le parapente, le ski, l'escalade et le rafting grâce à une association. Juste pour les sensations.

Elle chante dans une chorale, une passion qui l'accompagne depuis ses douze ans. Et puis il y a les RTT, “Rassemblement Tandem Tours”, quand elle trouve un pilote. L'événement rassemble chaque année une cinquantaine d'équipages mixtes, voyant-non-voyant. C'est l'occasion de récolter des fonds pour la recherche sur les maladies de la vue et de découvrir une région en pédalant. « Avoir fait la connaissance de personnes qui partagent nos difficultés, découvrir l'Alsace ou encore la Normandie, restent pour moi de bons souvenirs. » Encore faut-il tomber sur un bon pilote. Elle se souvient d'un Mulhouse-Kingersheim de quatre jours, pétrifiée de peur, derrière une pilote qui devait être dans le même état.



“
**Dans l'effort
 j'oublie mon
 handicap. Je me sens
 comme les autres.**
 ”



Le goût du partage

Laurence, Annie et Joseph ont besoin de pilotes. Il leur faut parfois trois semaines pour en trouver un. Impossible de pratiquer régulièrement dans ces conditions. Joseph aimerait refaire des brevets montagnards, et Laurence voudrait rouler une journée entière. « Je rêve de partir le matin, de pique-niquer au bord de l'eau le midi, et de rentrer tranquillement le soir. » Souvent, on leur brandit la même excuse : « C'est embêtant, d'avoir la responsabilité d'une autre personne en cas d'accident. » C'est un risque qu'ils acceptent comme tous les cyclistes.

Joseph : « En plus, on partage une expérience, un effort, une aventure, un challenge. On s'encourage, on se soutient. Une fois, lors d'un périple de 300 kilomètres entre Luchon et Bayonne, j'ai dû trouver les mots pour motiver mon binôme qui n'en pouvait plus. »

Les plus beaux souvenirs de Joseph sont ceux qu'il a

partagés avec des pilotes qui tentaient et réussissaient une nouvelle distance avec lui. « J'aime tester mes limites. Dans l'effort j'oublie mon handicap, je me sens comme les autres. » Les pilotes du club vieillissent. Pour certains, comme Michel, prendre en main un tandem devient difficile. Il y a de moins en moins de gens motivés pour emmener Annie, Laurence ou Joseph. Bien que le club ait investi dans

un tandem à assistance électrique, les candidats restent peu nombreux. Pourtant, à Cergy, j'ai fait du vélo autrement. Je suis devenue pilote, et j'ai appris à accorder mes mouvements à ceux de Laurence. J'ai appris à partager le vélo, et j'en suis heureuse. ■

US Cergy Cyclo :

Président Lionel Jacquot

lionel.jacquot@laposte.net

03 44 47 10 65

20 place des Toulouse 95000 Cergy

ASLAA

Association sports et loisirs

pour aveugles et amblyopes

secretariat.aslaa@wanadoo.fr

01 43 20 73 08

7 bis rue du Loing 75014 Paris

