Paraplégie

Le magazine de la Fondation suisse pour paraplégiques
Juin 2025

Du bonheur d’un travail utile

8 **Un objectif commun** 20 **La liberté de Tanja Odermatt** 26 **Un résultat réjouissant**

Rejoignez une grande cause.

Travaillez avec plus de 2000 spécialistes issu·es de plus de 100 métiers pour permettre aux personnes paralysées médullaires de mener une vie autodéterminée.

paraplegie.ch/carriere

Groupe suisse pour paraplégiques

Ensemble vers le succès

L'année dernière a marqué la fin de ma carrière de sportif d'élite, une année remplie de souvenirs marquants et de moments intenses en fauteuil roulant. Et je ne parle pas uniquement de mes médailles, records du monde et distinctions sportives. Pour moi, la satisfaction et l'enrichissement résident dans la profonde gratitude pour tout ce qu'il m'a été donné d'accomplir en fauteuil roulant, notamment les activités pour la Fondation suisse pour paraplégiques.

Les 6 et 7 septembre 2025, nous ouvrirons nos portes à Nottwil pour célébrer notre cinquantième anniversaire par une grande fête à laquelle vous êtes toutes et tous chaleureusement invités. Mais n'attendez pas septembre pour découvrir notre travail, quelques chiffres clés tirés de notre exercice 2024 (page 26) vous sont d'ores et déjà dévoilés dans ce numéro de « Paraplégie ». En dépit d'un contexte conjoncturel exigeant, la fondation a réalisé un résultat bien supérieur à celui de la moyenne des œuvres d'entraide et des organisations d'utilité publique en Suisse.

L'inépuisable engagement des 2127 collaborateurs et collaboratrices du campus et la culture collaborative qu'ils entretiennent ont rendu possible ce succès et servent de fil conducteur à la présente édition de « Paraplégie ». Votre confiance dans notre travail et votre solidarité en faveur des personnes paralysées médullaires ont été d'autres facteurs déterminants. Ensemble, nous pouvons préserver ce phare qu'est la fondation pour les personnes paralysées médullaires.

Un grand merci pour votre fidèle soutien !

Heinz Frei
Président de l'Association des bienfaiteurs

8 Des valeurs communes
C'est l'interdisciplinarité du travail qui fait le succès.

14 Formation continue
De nombreux postes de cadres sont pourvus en interne.

16 Recherche
De l'importance de la formation et de la recherche.

18 Personnel
Des collaborateurs et collaboratrices de longue date témoignent.

20 Portrait
Tanja Odermatt retrouve sa liberté sous l'eau.

26 Rapport annuel
Un résultat financier réjouissant pour le Groupe suisse pour paraplégiques.

27 Consultation
Traitement pour un meilleur quotidien.

28 Suisse romande
La Fête fédérale de gymnastique sous le signe de l'inclusion.

29 Interview
« L'offre en Suisse romande est grande. »

31 Podologie
Faire des pieds… et des mains.

Impressum

Paraplégie (47e année), le magazine de la Fondation suisse pour paraplégiques (FSP), édition de juin 2025 (n° 182), parution trimestrielle en français, allemand et italien **Tirage total :** 1038 323 exemplaires certifiés **Éditrice :** Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques, 6207 Nottwil **Reproduction :** sous réserve d'autorisation
E-mail : redaktion@paraplegie.ch

Rédaction : Stefan Kaiser, rédacteur en chef (kste), Peter Birrer (pmb), Aleksandra Mladenovic (mlal), Simon Rohrer (rohs), Andrea Zimmermann (anzi), Christine Zwygart (zwc) **Traduction :** Nadine Dissler, Miriam Staub (stam) **Maquette :** Andrea Federer, responsable, Daniela Erni **Concept :** Agentur Guido von Deschwanden **Photos :** Adrian Baer (baad), Walter Eggenberger, Sabrina Kohler (kohs), Astrid Zimmermann-Boog (boa) **Illustrations :** Roland Burkart, Kornel Stadler

Impression : Vogt-Schild Druck AG, 4552 Derendingen

Couverture : Michelle Müller, infirmière ES, et le physiothérapeute Damian Püntener traversent l'une des passerelles du Centre suisse des paraplégiques. (Photo: Damien Inderbitzin)

90 000 followers

Les canaux de réseaux sociaux de la Fondation suisse pour paraplégiques et du Centre suisse des paraplégiques ont franchi un cap important : 90 000 personnes nous suivent, aiment nos posts et y laissent de sympathiques commentaires depuis le mois d'avril. Un grand merci !

Collaboration avec le CHUV

Le Centre suisse des paraplégiques (CSP), ParaHelp et le Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV) étendent leur offre médico-thérapeutique. Les personnes paralysées médullaires de Suisse romande bénéficient désormais de consultations spéciales communes à Lausanne. Les personnes touchées ont volontiers recours à cette offre pour éviter de faire le déplacement à Nottwil. L'étroite collaboration entre le CSP, ParaHelp et le CHUV garantit ainsi aux patient·es romand·es un accompagnement ambulatoire à proximité de chez eux et s'inscrivant dans notre mission de suivi tout le long de la vie.

Le GSP encourage la mobilité non fossile

Le Groupe suisse pour paraplégiques (GSP) incite à la préservation des ressources lors des trajets pendulaires. Le personnel qui vient travailler sur le campus de Nottwil en transports publics, à vélo ou à pied se voit récompensé d'un bonus de mobilité annuel. La fréquence des bus de ligne en direction du CSP a été accrue. Des vélos de location Nextbike peuvent aussi être utilisés gratuitement pour les déplacements vers la gare de Nottwil. De nombreuses places de stationnement couvertes pour vélos, des stations pour recharger les vélos électriques, des espaces de séchage pour les vêtements mouillés et des douches encouragent la mobilité à deux roues. Les collaborateurs et collaboratrices peuvent aussi charger leur voiture à des tarifs d'électricité avantageux.

Courir pour la bonne cause

Le coup de départ du traditionnel Wings for Life World Run à Zoug, qui affichait complet, a été donné le 4 mai 2025 à 13 heures. En tant que partenaire nationale, la Fondation suisse pour paraplégiques a participé à cette course unique d'envergure internationale destinée à collecter des dons pour la recherche sur la moelle épinière. Une équipe regroupant 149 personnes a fait le parcours au pas de marche ou de course ou en fauteuil roulant. Dans un effort commun pour faire passer un véritable message de solidarité en faveur des personnes paralysées médullaires et leur donner du courage. Une grande fête de l'inclusion, débordante d'énergie et d'émotions, sur place à Zoug comme dans le reste du monde.

+ wingsforlifeworldrun.com

Coopération avec le Lucerne Festival

Deux partenaires forts en région lucernoise — la Fondation suisse pour paraplégiques et le Lucerne Festival — poursuivent leur collaboration mise en place en 2017. L'édition estivale du festival 2025 sera ponctuée de signes concrets en faveur de l'inclusion.

+ lucernefestival.ch

Grande confiance en la FSP

La Fondation suisse pour paraplégiques (FSP) a une nouvelle fois décroché la deuxième place dans le classement 2025 du renommé GfK Business Reflector, faisant ainsi partie des organisations sans but lucratif les plus dignes de confiance de Suisse. Ce résultat exceptionnel met en évidence la grande reconnaissance de la population envers le travail de la fondation, qui a enregistré une progression par rapport à l'année précédente dans presque tous les domaines sous revue. Pour la FSP, cette distinction est tant une confirmation qu'une incitation à faire preuve d'un engagement sans faille pour les personnes avec une paralysie médullaire.

© Tobias Lacknet

Régates inclusives sur le Rotsee

Les meilleur·es athlètes du monde se mesureront du 27 au 29 juin au Rotsee à Lucerne lors de régates avec, à la clé, la coupe du monde d'aviron. Parmi eux, les compétiteurs et compétitrices de para-aviron, discipline encore peu répandue en Suisse. La Fondation suisse pour paraplégiques et l'Association suisse des paraplégiques soutiennent les régates inclusives du Rotsee, avec de grands espoirs de hisser bientôt la Suisse au rang des meilleures nations mondiales en para-aviron.

+ lucerneregatta.com/integration

Parcours en fauteuil roulant au Musée des transports

En 2025, l'accessibilité en fauteuil roulant n'est toujours pas une évidence. C'est pourquoi la Fondation suisse pour paraplégiques a créé, en coopération avec le Musée des transports à Lucerne et la Fondation Cerebral, l'exposition interactive « MovAbility – la mobilité sans obstacles ». Le parcours en fauteuil roulant proposé au musée le plus visité de Suisse a pour but de sensibiliser le public aux besoins des personnes porteuses d'un handicap. Les visiteurs et visiteuses peuvent y découvrir des défis auxquels les personnes en fauteuil roulant sont confrontées tous les jours, mais aussi les solutions qui existent pour une mobilité sans obstacles.

+ verkehrshaus.ch

« La volonté des personnes touchées m'a beaucoup impressionné »

Inspiré par une visite à Nottwil, Zian, musicien pop bâlois, dédie l'un de ses titres à la Fondation suisse pour paraplégiques à l'occasion des 50 ans de celle-ci.

Le musicien Zian devant le « Ring of Life » lors de sa visite à Nottwil.

Zian, votre nouvelle chanson « Fire To The Sky » a pour but de redonner espoir et courage. Quel message renferme-t-elle ?
Dans la vie, il y a des moments de dépassement de soi, lors desquels une petite étincelle déclenche un incendie incontrôlable. La chanson rappelle que nous sommes toutes et tous capables d'accomplir bien plus que ce que nous pensons.

Quel est le rapport avec Nottwil ?
Lors d'une visite au Centre suisse des paraplégiques, j'ai rencontré nombre de ces personnes. Elles avaient toutes subi un coup du sort et dû réorganiser entièrement leur vie. En dialoguant avec elles, j'ai été très impressionné par leur volonté de fer. C'est aux personnes touchées que j'aimerais dédier ma chanson, mais aussi à toutes celles qui les accompagnent vers un nouveau quotidien. Qui transmettent leur flamme et soutiennent les autres dans leurs heures les plus sombres.

Qu'est-ce qui vous a le plus marqué lors de cette visite ?
Après une visite de l'impressionnante clinique et de l'espace visiteurs, ce sont surtout les échanges directs avec les personnes touchées qui sont restés gravés. J'ai même pu m'asseoir dans un fauteuil roulant. Ce changement de perspective a été très spécial, car du haut de mon 1,93 m, je n'ai pas l'habitude de devoir lever les yeux pour m'adresser à quelqu'un.

Quels sentiments vous ont accompagné au retour ?
D'une part, l'agréable sentiment de savoir que, peu importe à quel point on va mal, quelqu'un sera toujours là pour nous. Et, d'autre part, la profonde gratitude qu'une telle épreuve m'ait été épargnée jusqu'ici. N'ayant aucune personne touchée dans mon entourage, les questions concernant la paralysie médullaire ne m'ont jamais vraiment traversé l'esprit. La visite à Nottwil m'a toutefois incité à me confronter davantage aux défis et aux besoins des personnes avec une lésion médullaire. Elles font partie de notre société et il est donc essentiel que nous développions une plus grande compréhension pour leur situation.

C'est la raison pour laquelle vous avez décidé de tourner le clip vidéo de votre nouvelle chanson au CSP ?
Oui. Les personnes que j'ai rencontrées à Nottwil m'ont énormément inspiré. C'est pourquoi le rugby en fauteuil roulant tient une place importante dans la vidéo. Ce sport incarne tout à fait l'intensité et la force que j'aimerais diffuser avec ma chanson. **(anzi/we)**

Vidéo de « Fire To The Sky » :

+ paraplegie.ch/zian-fr

Journées portes ouvertes les 6 et 7 septembre 2025

Nous célébrons les 50 ans de la Fondation suisse pour paraplégiques avec toute la population suisse lors d'une grande fête sur le campus de Nottwil. Lors de ces deux journées portes ouvertes, découvrez le réseau de prestations en faveur des personnes paralysées médullaires unique au monde.

+ paraplegie.ch/ensemble

Présence plus marquée en Suisse romande

Le travail de sensibilisation et d'acquisition de membres en Suisse romande se poursuit, également grâce à des partenariats.

Un an et demi après le début des activités spécifiques en Suisse romande, les résultats sont encourageants. Ainsi, les enquêtes indiquent une tendance à la hausse de la notoriété de la Fondation suisse pour paraplégiques.

Cela a incité l'équipe chargée des activités publicitaires en Romandie à développer la campagne marketing avec un nouveau protagoniste. Depuis le mois d'avril, le public découvre donc des affiches en ville et en ligne avec Anton Mityukov, un Genevois de 37 ans devenu tétraplégique suite à un plongeon dans le lac Léman lors d'une journée d'été entre amis en 2013. Après sa première rééducation au Centre suisse des paraplégiques à Nottwil, il reprend sa vie en main en faisant de sa passion pour l'art et le design son métier.

Inclusion, sport et convivialité au lac de Morat

Les manifestations slowUp sont des sorties à vélo ouvertes à tout le monde, petits et grands, personnes valides ou en fauteuil roulant. La fondation a signé un partenariat pour l'édition à Morat. Le public intéressé a pu acquérir à son stand des connaissances sur la paralysie médullaire de manière ludique grâce à un jeu-concours et obtenir des informations sur le travail de la fondation.

Podcast : dialogues sur l'inclusion

Pour compléter ses activités, la fondation soutient le nouveau podcast « Écouter pour voir ». Pour raconter la vie quotidienne avec un handicap, chaque épisode met en avant des témoignages authentiques de personnes touchées et de leurs proches ainsi que d'expert·es. Le podcast veut rendre visibles les réalités de l'inclusion. Retrouvez Sebastian Tobler et Giulia Damiano, les protagonistes de notre campagne publicitaire. Disponible sur Spotify. **(stam)**

+ paraplegie.ch/anton

Le nouveau sujet publicitaire de la fondation avec le Genevois Anton Mityukov.

Le mot de la présidente

Trouver sa propre voie…

Lors d'une fête d'anniversaire récente, j'ai raconté aux convives l'histoire d'un collaborateur de longue date qui a pris sa retraite. J'ai expliqué la manière dont, lui-même tétraplégique, il vivait pour notre œuvre de solidarité, inspirant nombre de personnes et aidant tant d'autres à trouver leur voie. Les convives étaient émerveillés.

… en toute autonomie…

Émerveillés, car pour eux, il n'était pas évident de concevoir qu'après un accident grave, on puisse prendre la vie à bras-le-corps avec autant d'humour et de joie, retrouver une grande autonomie en fauteuil roulant électrique et même travailler, faire de la musique, danser ou accomplir ses tâches quotidiennes. Il a réussi à montrer aux autres collaborateurs et collaboratrices à quoi ressemble le fameux « esprit de Nottwil » et la manière dont il se répercute sur notre collaboration.

… de toute évidence

Pour parvenir à la plus grande autonomie possible, les personnes touchées doivent faire preuve d'un grand engagement, sans jamais rechigner. Mais il y en a certaines qui considèrent qu'une vie en fauteuil roulant la plus indépendante possible va de soi. L'émerveillement des personnes invitées ce soir-là m'a une fois de plus fait comprendre que l'inclusion ne pourra être considérée comme acquise que lorsque l'on ne s'émerveillera plus en sa présence, mais qu'elle sera tout simplement perçue comme une évidence.

Heidi Hanselmann, présidente de la Fondation suisse pour paraplégiques

Ensemble pour une grande cause

Une culture unique de la collaboration cimente le personnel du Groupe suisse pour paraplégiques. Elle est le fondement nécessaire pour pouvoir offrir le meilleur soutien possible aux personnes paralysées médullaires.

L'ergothérapeute Nathalie Blümel aide son patient à trouver la position assise idéale.

M

Michelle Müller aide son patient à effectuer son transfert du lit au fauteuil roulant. « Encore quelques centimètres… », encourage-t-elle. Il y arrive enfin, à bout de forces, mais rayonnant de bonheur. Une telle expérience positive aurait été impensable il y a encore deux semaines. Patient et soignante se réjouissent ensemble des progrès réalisés sur le long chemin de la rééducation.

Michelle Müller travaille depuis trois ans et demi en tant qu'infirmière diplômée ES et experte en plaies au Centre suisse des paraplégiques (CSP). « Au CSP, je peux apporter ma contribution. On rentre chez soi le soir en sachant ce que l'on a fait. C'est très gratifiant », commente la Lucernoise de 22 ans.

Le paraplégique qu'elle soigne ce jour-là a appris la technique correcte du transfert durant ses séances de thérapie. Avec Michelle, il peut appliquer ce qu'il a appris dans ses activités quotidiennes à la clinique et reçoit de précieux conseils de sa part. L'infirmière échange avec les thérapeutes afin de pouvoir encore optimiser la technique de son patient.

« J'aurais pu pleurer de joie »

De tous les spécialistes au sein d'une clinique, le personnel soignant accompagne l'évolution de ses patient·es au plus près. Les soignant·es sont là jour et nuit, tissent une relation avec les patient·es et sont leur point de contact en cas de question ou de problèmes. En matière de santé, mais aussi sur le plan mental.

« Un jour, je m'occupais d'un patient atteint du syndrome de Guillain-Barré à l'unité de soins aigus. Il était ventilé en permanence », raconte Michelle Müller. « Son corps était entièrement paralysé. Je m'en suis occupée en toutes situations, pendant le service du matin, du soir et de nuit. » L'équipe médicale parvient finalement à libérer l'homme de son respirateur artificiel. Le patient est alors transféré en unité de rééducation, et l'infirmière le perd des yeux. « Après mes vacances, il m'a rendu visite à l'unité où je travaillais. Il pouvait à nouveau marcher. J'aurais pu pleurer de joie. »

Elle est fière de pouvoir contribuer par son travail à de telles histoires à succès. Mais elle préfère évoquer l'énergie que ses patientes et patients lui communiquent en retour. Et du fait qu'à Nottwil, une collaboration interdisciplinaire étroite est nécessaire pour obtenir le meilleur résultat possible.

Les programmes d'encouragement et possibilités de développement reçoivent de gros éloges : « Mon diplôme en poche, j'ai très vite pu assumer des fonctions dirigeantes à l'unité de soins. On a également soutenu ma formation d'experte en plaies, ce que j'ai trouvé formidable. » Michelle Müller apprécie de pouvoir continuer à travailler au chevet des patient·es. « C'est le métier que j'ai appris à mes débuts, et ce que je préfère faire, aujourd'hui encore. »

L'esprit de Nottwil, source d'inspiration

Un inspirant esprit d'équipe, le fameux « esprit de Nottwil », règne au sein du Groupe suisse pour paraplégiques (GSP). Le personnel décrit souvent son

Une grande rigueur est de mise : l'infirmière Michelle Müller prépare les médicaments pour ses patientes et patients.

travail comme « porteur de sens ». Cet état d'esprit reflète l'objectif principal du groupe, qui n'est pas de réaliser des bénéfices, mais d'accompagner les personnes paralysées médullaires tout au long de leur vie. Cette mission commune élargit l'horizon et change la portée du travail de chaque collaborateur et collaboratrice, puisque l'on s'engage directement en faveur de vies humaines.

L'employeur a quant à lui pour tâche de veiller à ce que le personnel remplisse les exigences élevées inhérentes à la mission du groupe. « En tant qu'organisation, nous essayons d'établir les conditions-cadres adéquates aux différents moyens et modèles de travail et pour pouvoir concilier vie professionnelle et vie privée », dit Marcel Unterasinger Stäger, responsable Ressources humaines du GSP. « La promotion de la santé, la conduite et l'estime et le renforcement des compétences personnelles par des formations de base et de perfectionnement ont pour but d'atténuer la pression exercée sur le personnel. »

Les distinctions obtenues régulièrement telles que « meilleur employeur dans le secteur santé » ou la certification « Friendly Work Space » sont la résultante manifeste de tous ces efforts. Interrogé sur la pénurie de main-d'œuvre dans le secteur de la santé, le responsable RH met en garde contre les exercices ad hoc trop hâtifs : « Aujourd'hui, des salaires justes et des conditions d'engagement flexibles ne sont plus des avantages, mais une condition sine qua non. Et dans ce contexte, nous sommes bien positionnés. Nous nous concentrons sur nos points forts et le développement constant des conditions-cadres. » Les RH entretiennent un dialogue constant avec le personnel et les supérieur·es hiérarchiques.

Sentiment d'estime

« Nous recherchons la meilleure solution possible pour les personnes en fauteuil roulant afin de leur permettre de relever les défis du quotidien », indique Roger Wiederkehr. « De minimes adaptations peuvent avoir un impact majeur. Mais parfois, il faut carrément inventer la solution. » Le mécanicien Technique de rééducation de 47 ans domicilié à Obernau (LU) travaille depuis une dizaine d'années chez Orthotec, une filiale de la Fondation suisse pour paraplégiques. Il construit et répare des fauteuils roulants manuels et électriques et

« Nous avons une super équipe et faisons partie d'un groupe qui s'engage pour un but dans un effort commun. »

Roger Wiederkehr, mécanicien Technique de rééducation

Travailler à Nottwil

Souhaitez-vous faire partie du Groupe suisse pour paraplégiques et vous engager avec passion pour une vision portée en chœur ? Plus de cent métiers et perspectives de carrière attrayantes vous y attendent.

+ paraplegie.ch/jobs (en allemand)

C'est l'interdisciplinarité du travail qui est décisive. Le mécanicien Technique de rééducation Roger Wiederkehr et l'ergothérapeute Nathalie Blümel avec leur patiente.

les adapte aux souhaits individuels de sa clientèle.

Ce qui lui plaît dans son travail, c'est de voir les personnes touchées accéder immédiatement à une plus grande autonomie. Il lui importe qu'à Nottwil, des valeurs telles que rigueur et qualité soient encouragées et que les contraintes de temps ne soient pas systématiquement mises en avant. Roger Wiederkehr perçoit l'esprit de Nottwil comme un sentiment d'appartenance collégial. « Notre équipe est vraiment formidable. Chacun et chacune fait partie d'un groupe qui s'engage pour un objectif commun. Personne n'est abandonné, tout le monde se soutient et s'entraide, même si cela implique parfois de faire des heures supplémentaires. »

Autre signe de collégialité interne : des collègues d'autres services peuvent se rendre à l'atelier sans rendez-vous pour faire effectuer d'importantes modifications sur le fauteuil roulant d'une patiente ou d'un patient. Et lorsqu'un fauteuil roulant électrique est en panne à la clinique, le problème est directement résolu dans la chambre des patient·es.

Roger Wiederkehr se sent bien à Nottwil : « On ressent de l'estime et l'on reçoit beaucoup en retour, de la part des personnes touchées, mais aussi des supérieur·es hiérarchiques. » La crèche interne située sur le campus est pour lui un précieux bénéfice : « Lorsque nos deux enfants étaient plus jeunes, je les déposais à la crèche et mon épouse a pu continuer à travailler. Cela nous a beaucoup aidés, et les enfants étaient ravis ! »

Main dans la main vers le succès en commun

Dans le domaine thérapeutique, les échanges professionnels sont tels que Nathalie Blümel et Nora Merz partagent la même table d'un même bureau. L'ergothérapeute de 30 ans et la physiothérapeute de 35 ans forment un duo thérapeutique représentatif des processus courts et de l'étroite interaction entre les différentes divisions.

« Nous nous concentrons sur nos atouts et le développement des conditions-cadres. »

Marcel Unterasinger Stäger, responsable RH

« Pouvoir suivre l'évolution de chaque patient·e est formidable », témoigne Nora Merz. « On travaille aux côtés des patient·es pendant quatre, sept ou même neuf mois, après quoi ils retrouvent une grande part d'autonomie. » Avec la seule physiothérapie, les personnes touchées ne feraient pas les mêmes progrès : « Les synergies entre les différentes professions sont la clé de notre succès. »

La physiothérapie fait davantage travailler les bases physiques, l'ergothérapie repose sur des applications pratiques. « Lorsque Nora fait travailler ses patient·es à se retourner et à s'asseoir dans leur lit, je peux me joindre à eux et pratiquer dans un même temps l'habillement autonome », explique Nathalie Blümel. Lorsqu'une nouvelle technique est au point, le personnel soignant contrôle ces nouveaux gestes à l'unité de soins. Une véritable collaboration interdisciplinaire poursuivant un même objectif de rééducation.

Chaque cas de paralysie médullaire est unique et nécessite un traitement sur mesure que seul un partage des connaissances entre les différentes disciplines à Nottwil permet de mettre en place. « L'interprofessionnalité ne désigne pas uniquement l'implication de nombreuses personnes, mais aussi l'échange optimal de connaissances entre toutes ces parties », indique Nathalie Blümel. « Cet échange a lieu via des canaux de communication spécifiques. » La participation active des autres disciplines va de soi et les collègues sont vite impliqué·es en cas de besoin.

Personnellement, Nathalie Blümel apprécie l'ambiance familiale qui règne à Nottwil, laquelle stimule l'interconnexion sociale du personnel : « Je suis arrivée toute seule d'Allemagne du Nord, mon chez-moi est à 700 km d'ici. Au CSP, je me suis constitué un cercle d'amis en un temps record, ce qui n'est pas évident partout. » Outre l'offre sportive étendue, Nora Merz y trouve les possibilités de développement interne et autres offres de formation continue des plus attrayantes.

Condition de la rééducation : la physiothérapeute Nora Merz travaille les bases physiques qui permettent une plus grande indépendance au quotidien.

Impossible sans les membres

Un environnement de travail attractif a résulté de l'approche intégrale de la paralysie médullaire pratiquée à Nottwil. Et le fait que le Groupe suisse pour paraplégiques repose sur une fondation regroupant deux millions de membres joue un rôle essentiel, explique le responsable RH Marcel Unterasinger Stäger : « Le large soutien de la population nous permet de prendre en compte tous les aspects indispensables pour une rééducation réussie, y compris ceux dont la rentabilité économique laisse à désirer. Notre objectif est de relever entièrement le défi, pas seulement certains aspects purement financiers. » Sans nos membres, il manquerait un ingrédient important dans la recette à succès de la Fondation suisse pour paraplégiques. **(kste/kohs)**

« Des modèles de travail qui s'adaptent à la vie »

Au sein du Groupe suisse pour paraplégiques (GSP), l'accent est mis sur la conciliation entre travail et vie privée.

Claudia Burri, quelle importance la crèche a-t-elle sur le campus ?
Avoir une crèche à proximité de son lieu de travail répond à un véritable besoin du personnel. Depuis son ouverture en 2003, la demande n'a cessé de croître. Les capacités d'accueil commençaient à saturer, jusqu'à ce qu'un nouveau bâtiment soit mis en service il y a deux ans.

Le GSP exploite-t-il lui-même l'établissement ?
Une crèche interne est plus à même de répondre aux souhaits des parents. Nous offrons notamment des horaires d'ouverture plus longs ainsi que la garde d'enfants de collaboratrices et collaborateurs ayant des horaires irréguliers. Il est également possible de réserver des journées supplémentaires et d'inscrire plusieurs enfants par famille. Autre avantage : les tarifs appliqués sont fonction du revenu.

Pouvoir concilier travail et vie privée gagne sans cesse en importance, notamment parmi le personnel soignant.
Compte tenu de la pénurie de personnel qualifié, nous devons maintenir l'attractivité des différentes professions. Le GSP concentre non seulement ses efforts sur les parents, mais veille aussi à la conciliation entre vie professionnelle et vie privée de tout le personnel. La flexibilité est un aspect essentiel. Dans la mesure du possible, nous autorisons le temps partiel et le télétravail. Les fonctions de codirection sont en plein essor, et l'achat de vacances supplémentaires est également possible.

Encore impensable il y a vingt ans.
À l'époque, on nous ressassait : « Sois reconnaissant·e d'avoir un emploi. » Aujourd'hui, nous communiquons d'égal à égal avec le personnel et mettons en place de bonnes conditions-cadres. Cette approche marque un changement de perspective. Ce n'est plus l'activité professionnelle qui est au cœur des préoccupations, mais la vie privée. C'est au travail de s'y intégrer.

Les RH réitèrent la semaine de vacances pour les enfants du personnel du GSP en classes primaires.
Les parents qui travaillent ont souvent du mal à couvrir les vacances scolaires. En 2024, nous avons évalué dans le cadre d'un projet pilote la demande pour une telle offre au cours des vacances d'été. Une quarantaine d'enfants y participeront cette année encore. Les deux responsables seront épaulées par un·e autre accompagnant·e et quatre jeunes coaches.

Claudia Burri (43 ans), spécialiste RH

Ces offres permettent-elles de couvrir les frais occasionnés ?
Pour nous en tant qu'employeur, ces mesures ont toutes un prix. Il s'agit de trouver le juste équilibre entre les prestations offertes et les limites financières. Ce ne sont pas les idées qui manquent. Mais nous avons une mission à remplir et devons assurer le bon fonctionnement de nos activités. Le GSP se situe à un très haut niveau en ce qui concerne la conciliation entre travail et vie privée.

Qu'est-ce qui, pour vous, rend le travail à Nottwil intéressant ?
L'utilité de notre engagement pour les personnes paralysées médullaires. Malgré la taille du groupe, nous y entretenons de chaleureuses relations. En tant que maman, je trouve l'infrastructure idéale : j'ai des tâches captivantes et un poste à responsabilités, le tout à temps partiel. **(kste/kohs)**

+ paraplegie.ch/carriere

Reconnaître et encourager les talents

Une grande partie des postes à responsabilités au sein du Groupe suisse pour paraplégiques sont pourvus avec des collaborateurs et collaboratrices internes. Une formation de base et un perfectionnement ciblés en sont la clé.

L

Logisticienne ou jardinier, médiamaticienne ou cuisinier, orthopédiste ou encore infirmière : le Groupe suisse pour paraplégiques (GSP) propose des places d'apprentissage dans seize professions différentes, ainsi qu'une vaste offre de formations de base et de perfectionnement, ouverte au personnel. Quelque 200 personnes en formation et étudiant·es travaillent à Nottwil. Le Centre suisse des paraplégiques (CSP) compte ainsi parmi les principaux centres de formation de Suisse centrale.

Fabienne Küng achèvera cet été ses trois années d'apprentissage en tant qu'assistante en soins et santé communautaire à la clinique spécialisée. Ayant grandi à Nottwil, elle a fréquenté les cours de natation dispensés par son école à la piscine couverte du CSP. « C'est là qu'ont eu lieu mes premiers contacts avec des personnes en fauteuil roulant », explique la jeune fille de 17 ans. Son intérêt ainsi affûté, l'adolescente a souhaité travailler au CSP. Elle a même renoncé à une admission à l'école de maturité gymnasiale, qu'elle aurait réussie sans problème : « Un apprentissage qui a du sens comptait davantage à mes yeux. »

Rester à Nottwil après l'apprentissage

Fabienne Küng travaille actuellement à l'unité de soins aigus, où les patient·es sont suivis après une intervention chirurgicale par exemple. Elle aide lors des soins corporels et de la mobilisation, prépare les médicaments et les perfusions, prélève du sang et pose des pansements. Son quotidien a de multiples facettes, exige une grande flexibilité et énormément d'empathie. À Nottwil, la jeune apprentie peut s'investir : « Je viens travailler chaque jour avec plaisir. Ici, j'ai davantage appris en

Fabienne Küng suit un apprentissage à l'unité de soins aigus du Centre suisse des paraplégiques.

trois ans que durant toute ma scolarité. »

Au CSP, les personnes en formation sont accompagnées par des spécialistes expérimenté·es, elles définissent elles-mêmes leurs objectifs d'apprentissage et participent à des après-midis pédagogiques : « Ainsi, nous avons notre mot à dire concernant les thèmes à approfondir et les exercices pratiques », précise Fabienne Küng. Elle peut également s'aider d'outils numériques : une plate-forme d'apprentissage est accessible, un outil d'information basé sur l'IA la renseigne en cas de questions spécifiques et des lunettes de réalité augmentée permettent aux jeunes soignant·es de s'entraîner au sondage vésical.

Près de 70 % des jeunes en fin d'apprentissage à Nottwil s'y voient proposer un poste fixe. Considéré comme un employeur attractif, le Groupe suisse pour paraplégiques a été sacré « meilleur employeur » dans le secteur santé et social en mars par le Handelszeitung.

« Chez nous, le personnel soignant bénéficie d'un excellent modèle de carrière permettant de se développer dans les spécialisations, le niveau de formation ou encore la direction », indique Marijana Bilalic, responsable du service de développement du personnel. Le programme des talents et les offres de séminaires sont largement sollicités au sein du groupe. Le « Certificat de leadership GSP », reconnu sous forme de crédits pour le CAS Leadership en coopération avec la Haute école de Lucerne, en fait lui aussi partie.

« Nous avons de nombreux collaborateurs et collaboratrices de longue date. »

Marijana Bilalic, responsable Développement du personnel

Des bases solides pour diriger

Meret Keller dirige l'espace visiteurs ParaForum, qui comprend sept employé·es fixes et une vingtaine d'indépendant·es. Elle s'occupe des visites du site et du transfert des connaissances. Le CAS Leadership en poche depuis l'été 2024, elle se sent à sa place dans son rôle de cadre.

Meret Keller à l'exposition interactive de l'espace visiteurs ParaForum.

C'est à Nottwil qu'elle a accompli la première partie de sa formation continue : « L'échange avec les différents services et corps professionnels était extrêmement captivant et a contribué à développer la compréhension mutuelle », témoigne la trentenaire. La deuxième partie s'est tenue à la Haute école de Lucerne, où l'économiste d'entreprise diplômée a côtoyé des personnes au bénéfice d'une vaste expérience dans d'autres professions : « De voir que tout le monde se consacre aux mêmes thèmes que moi était agréable : le leadership centré sur l'être humain. »

Les coûts de formation continue ont été pris en charge par la Fondation suisse pour paraplégiques en tant qu'employeur, le temps consacré au CAS est l'apport personnel à la formation. Ce que Meret Keller apprécie tout particulièrement : « Mon supérieur s'est énormément investi. » Ses idées et ses questions, c'est avec lui qu'elle en a discuté, et thématisé tant d'autres sujets, guère abordés autrement.

Pourvoir les postes de cadre en interne

Le Groupe suisse pour paraplégiques offre d'excellentes possibilités de carrière à son personnel et élargit son horizon au-delà des limites de l'entreprise : les séminaires de la « ParAcademy » permettent un transfert du savoir technique dans le domaine de la paralysie médullaire. Les spécialistes de santé internes et externes peuvent y prendre part. Un investissement payant : « Nous avons de nombreux collaborateurs et collaboratrices de longue date ou qui nous reviennent, ce qui nous permet d'occuper la majorité des postes de cadre en interne », révèle Marijana Bilalic.

« À Nottwil, le personnel est considéré comme une ressource précieuse et traité avec respect », relate Meret Keller. « Je suis contente quand je peux apprendre chaque jour quelque chose de nouveau. » Il en va de même pour Fabienne Küng, qui souhaite passer sa maturité professionnelle et étudier la médecine après son apprentissage au CSP. Tout en continuant à travailler à Nottwil chaque samedi. « C'était mon rêve, et qu'il se réalise est fabuleux. » **(zwc/kohs)**

+ paraplegie.ch/carriere

De la théorie à la pratique

Le campus de Nottwil est un lieu de travail attrayant dont les avantages bénéficient également aux étudiant·es en médecine et à la relève scientifique.

S

Selon Rajeev Verma, Nottwil renferme un « grand trésor ». C'est en ces mots que le médecin-chef Radiologie et directeur adjoint de la Recherche suisse pour paraplégiques (RSP) fait référence aux données spécifiques concernant la paralysie médullaire saisies au Centre suisse des paraplégiques (CSP). Ce trésor, il entend l'exploiter pour soigner les personnes paralysées médullaires de manière plus ciblée. « D'importants résultats de recherche émanent de ces deux organes », dit le médecin-chef. « Il nous suffit de les synthétiser et canaliser. »

Peu de personnes le savent : Nottwil est devenu au cours des dernières années un campus académique offrant de nombreuses possibilités de pointe en matière de recherche et d'enseignement. « Cela peut être déterminant lors d'entretiens de candidature », explique Rajeev Verma. « Lorsque des médecins arrivent chez nous après leur examen fédéral, ils peuvent continuer à mener des travaux scientifiques. » L'accent est mis sur l'utilité pour la pratique clinique quotidienne.

L'orientation claire vers la mise en pratique donnée, les centres de recherche du CSP et de la RSP ont été regroupés et rattachés à la Faculté des sciences de la santé et de médecine de l'Université de Lucerne. Le CSP et la RSP règlent les problématiques cliniques de concert. L'éventail de formations académiques de base et continues proposées à Nottwil a été élargi — du programme de master et du doctorat à l'habilitation.

Enthousiasmer la génération à venir

Jusqu'à 140 étudiant·es sont encadré·es chaque année à Nottwil. « Nous leur transmettons les connaissances en matière de paralysie médullaire et de médecine de rééducation nécessaires pour leurs études de médecine », affirme Inge Eriks Hoogland, médecin adjointe Paraplégiologie. Le CSP est partie intégrante du programme « Joint Medical Master » (JMM). Avec son confrère Michael Harder, elle organise les cours cliniques ainsi que l'un des modules du JMM. Elle enseigne par ailleurs à l'Université de Lucerne et de Zurich et chaperonne les étudiant·es dans le cadre de leur travail de master. « C'est une tâche chronophage, mais aussi une grande chance », confie Inge. « En enseignant, nous pouvons enthousiasmer la génération à venir pour notre spécialité et ainsi savoir ce qui la préoccupe. Les jeunes adultes ont aujourd'hui d'autres questions et attentes quant à leur carrière qu'il y a dix ans. »

La médecine aiguë, la rééducation ainsi que le suivi à vie leur permettent non seulement d'engranger d'importantes connaissances sur la paralysie

« D'importants résultats de recherche émanent du campus de Nottwil. »

Prof. Dr méd. Rajeev Verma, médecin-chef Radiologie et directeur adjoint RSP

Le collaborateur postdoc Alessandro Bertolo dans un laboratoire de l'Institut Guido A. Zäch.

médullaire, mais aussi le savoir nécessaire en médecine générale. Car bien souvent, les patient·es paralysé·es médullaires cumulent plusieurs problèmes.

« Nous proposons une combinaison toute particulière », précise Michael Harder, médecin adjoint Paraplégiologie. « Compte tenu du vieillissement de la population, nous encourageons la nouvelle génération de médecins à adopter une approche intégrale et interdisciplinaire. » De la gestion des maladies chroniques à la médecine sociale, de l'adaptation du logement à la réinsertion sur le marché du travail : à Nottwil, le transfert de connaissances n'a pas de limites.

Un corps de recherche, vingt nations

Dans le domaine scientifique, la promotion de la relève est du ressort de la RSP, désignée « institut de recherche universitaire d'importance nationale » par la Confédération. Interrogée sur les spécificités de Nottwil, Mirjam Brach déclare : « Nos recherches portent sur des thèmes allant des cellules à la société. » La gérante de la Recherche suisse pour paraplégiques souligne d'une part la profondeur et la diversité des thématiques de recherche et, d'autre part, la transférabilité des résultats à d'autres domaines de santé publique : « En partageant nos résultats de recherche, nous apportons une importante contribution à leur mise en œuvre pratique. »

Pour le personnel de la RSP, l'important champ de mise en œuvre de son travail est porteur de sens. Pour ce faire, pas besoin de créer une start-up, d'attrayants partenaires sont « à portée de main » sur le campus. Parmi eux, les filiales Orthotec et Active Communication, ou encore l'Association suisse des paraplégiques.

Un autre atout de la RSP : son vaste réseau international. En fait notamment partie l'étude nationale à long terme SwiSCI, devenue dans l'intervalle une plate-forme de recherche internationale avec la participation de 31 pays à l'étude mondiale InSCI. Des subventions du Fonds national suisse, la participation à des projets européens et l'échange interdisciplinaire avec des institutions partenaires dans le monde entier font de Nottwil un environnement de recherche des plus attrayants.

Des chercheurs et chercheuses d'une vingtaine de nations mettent cette offre à profit, et s'y sentent entre de bonnes mains. « Nous prenons notre mission de suivi très à cœur », révèle Mirjam Brach. Et la relève académique le rend bien. Tandis que 20 à 30 % des thèses de doctorat sont interrompues dans les universités, cette même part est inférieure à 5 % à Nottwil. **(kste/baad)**

Témoignages de collaborateurs et collaboratrices de longue date

L'engagement pour les personnes blessées médullaires offre une grande variété de perspectives de développement professionnel.

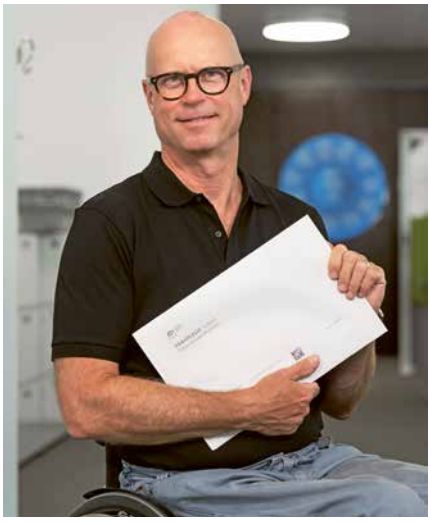
Pia Scherer (60 ans), responsable du développement de l'organisation, Marketing et communication (FSP). À Nottwil depuis 1991.

« La collaboration interdisciplinaire me passionne »

Le Groupe suisse pour paraplégiques présente une très grande diversité. Il y a de cela 34 ans, j'ai mis en place les secrétariats pour Orthotec et les achats. Depuis, j'ai toujours eu la possibilité d'évoluer et je n'ai donc jamais ressenti le besoin d'aller voir ailleurs. La collaboration interdisciplinaire me plaît beaucoup. J'ai déjà eu six profils de poste, allant de tâches à la direction des soins, au service informatique, à la mise en place de la gestion multiprojets ou au développement du personnel et de l'organisation. J'ai pu suivre tout au long de ces années le bond de 180 à 2000 collaborateurs et collaboratrices. Un objectif commun nous unit : nous soutenons les personnes paralysées médullaires tout au long de leur vie. Nous encourageons l'empathie et notre activité a du sens.

« Je dispose d'une grande marge de manœuvre »

Avant de prendre mes fonctions à la Fondation suisse pour paraplégiques, il y a de cela 25 ans, j'ai moi-même fait l'expérience d'une première rééducation à Nottwil et sais depuis lors ce qu'une rééducation intégrale implique réellement. J'ai alors souhaité mettre mon expertise en marketing au service de cette œuvre solidaire unique. Je travaille au sein d'une équipe efficace où règne beaucoup d'humour. Mon supérieur me laisse une grande liberté d'action. Nous entretenons une culture ouverte de l'erreur, car c'est ce qui nous fait progresser. Les cotisations perçues et dons collectés, lesquels rendent possible toute activité en faveur des personnes touchées, sont le fruit du bon travail de mon équipe. Ces fonds entrants, nous avons été en mesure de les accroître continuellement depuis 25 ans, ce qui nous motive et confirme la reconnaissance de la Fondation suisse pour paraplégiques au sein de la population.



Christian Hamböck (58 ans), responsable Marketing affiliations. À la fondation depuis 2000.

« Je n’ai jamais regretté ma décision »

Je m’étais demandé, à l’époque : ai-je vraiment envie de travailler dans une clinique où j’ai aussi été patiente ? Mais les conditions m’ont convaincue : je ne connais aucun autre laboratoire entièrement accessible en fauteuil roulant. La demande est venue de Nottwil peu avant la fin de ma formation. Le CSP était en pleins travaux, des adaptations pouvaient encore être entreprises en ma faveur. Plus jeune, l’idée d’un changement d’emploi m’a titillée. Mais je n’aurais sans doute trouvé nulle part ailleurs un environnement aussi varié. Je n’ai jamais regretté ma décision. Mon équipe est formidable et je viens travailler chaque matin avec toujours autant de plaisir.

Yves Saxer (43 ans), coresponsable des soins en neuro-urologie. Au CSP depuis 2007.

Pia Schmid (55 ans), analyste biomédicale. Au CSP depuis 1990.

« Je ne pourrais pas m’imaginer faire autre chose »

Peu de temps après ma formation d’infirmier, j’ai eu la chance de pouvoir travailler au service de neuro-urologie. La combinaison des aspects technique et médical me fascine encore aujourd’hui, mes tâches sont variées et complexes : je ne pourrais pas m’imaginer faire autre chose. Nous accompagnons la plupart des patient·es pendant des années et j’apprécie beaucoup l’esprit de camaraderie qui s’installe avec le temps. Nous sommes confrontés à des thèmes sensibles et intimes, mais cela ne nous empêche pas d’en rire et cimente notre équipe. Ouvert et respectueux, l’esprit de Nottwil plane sur tous les corps de métiers présents sur le campus. (zwc)

Les collaborateurs et collaboratrices du GSP

(état au 31.12.2024)

2127
personnes

190
personnes faisant des études, un apprentissage ou un stage

64
nationalités

100 +
professions différentes

56 %
travaillent à temps partiel

42 000
heures de formation initiale ou continue chaque année

72,8 %
de femmes

88 %
recommandent le GSP comme employeur

L’eau, la liberté

Tanja Odermatt se bat pour retrouver sa vie, qui a chaviré après un accident de la circulation. Grâce au soutien de sa famille et de son petit ami, la paraplégique de 31 ans a surmonté de nombreuses crises.

Tanja Odermatt caresse affectueusement la fourrure de Chnuschti, qui en ronronne de plaisir. « Sa sœur Tapsi et lui sont mes psychologues, il ne leur manque que la parole », explique-t-elle au sujet de ses deux chats qui, à maintes reprises déjà, l’ont aidée à remonter la pente émotionnelle. En particulier lorsque l’éternelle question la tourmentait : pourquoi ?

« Je suis reconnaissante d’être encore là », commente la jeune femme de 31 ans domiciliée à Rain (LU). « Mentalement et physiquement, j’ai retrouvé une certaine stabilité. » Mais elle ne cache pas que, par moments, elle a du mal à accepter sa situation. Trois quarts de son corps ne lui obéissent plus. Son désir de retrouver sa sensibilité est plus profond que celui de remarcher. « Sentir le sable entre mes orteils à la mer, avoir des sensations dans les jambes… » Elle s’arrête subitement. Et caresse Chnuschti.

Perte de connaissance subite

L’après-midi du vendredi 19 octobre 2018, Tanja Odermatt se réjouit de l’arrivée du week-end. La visite du premier appartement commun avec son petit ami est prévue dans la soirée. Coiffeuse de formation, elle travaille à présent à la Poste à Baar (ZG) et souhaite encore déposer une lettre avant la fermeture. Ce qui est fait, est fait.

C’est au retour que se produit ce qu’elle n’allait apprendre que par la suite. Vers 17 h 15, circulant à vélomoteur, elle perd subitement connaissance et s’effondre. Son véhicule poursuit sa route de manière incontrôlée sur la voie opposée et percute frontalement une voiture. Réalisant qu’il se passait quelque chose d’anormal, son conducteur a immédiatement freiné.

Après le choc, de la mousse se dégage de la bouche de Tanja Odermatt. Son bassin est brisé, la quatrième vertèbre dorsale et plusieurs os sont fracturés, des voies nerveuses comprimées et des vaisseaux sanguins gravement endommagés. À l’Hôpital universitaire de Zurich, elle est opérée d’urgence et placée dans un coma artificiel. Sa perte de connaissance à vélomoteur est et restera un mystère, mais il est probable qu’une crise d’épilepsie en ait été la cause.

Les heures qui suivent sont dramatiques, tant pour elle que pour ses proches. Deux policiers informent Rita Odermatt que sa fille a été victime d’une sévère commotion cérébrale. Elle est prise d’une grande angoisse. Mère et fille sont très proches. En voyant sa fille le soir, inanimée et rattachée à tous ces tuyaux sur son lit d’hôpital, elle fait face à l’un des pires moments de son existence : « De ne pas savoir si Tanja allait survivre était terrifiant ! » Le jour de l’accident, le compagnon de Tanja s’efforce de garder les idées claires et de soutenir la famille, qu’il achemine à Zurich.

« Ai-je blessé quelqu’un ? »

Ses proches restent en permanence à son chevet. Après trois jours d’angoisse, une première lueur d’espoir apparaît. Au bout de cinq jours, les médecins font sortir Tanja Odermatt de son coma. L’une de ses premières questions : « Maman, suis-je cassée ? » Celle-ci répond : « Non. Tout est encore là. »

Le duo imbattable avec les deux « psychologues » Tapsi et Chnuschti et, en bas, en train de feuilleter un livre de plongée.

« J'ai bien failli perdre une personne qui m'est chère. »

Marcel Huwiler, compagnon

Lorsque Tanja apprend ce qui s'est passé, elle veut savoir : « Ai-je blessé quelqu'un ? » La réponse négative la rassure.

Le 1er novembre 2018, Tanja Odermatt est admise au Centre suisse des paraplégiques (CSP) à Nottwil. L'accident l'a rendue paraplégique. Mais elle est en vie. Grâce à sa combativité, elle parvient à surmonter une phase qui, psychiquement, la pousse à ses limites. Une escarre au niveau du fessier découverte à Nottwil la contraint à rester allongée sur le côté pendant plus de quatre mois. Le personnel soignant doit la repositionner toutes les deux heures, y compris la nuit.

Sa mère est un soutien indispensable qui pleure et parfois même rit avec elle, par exemple lorsqu'elle applique un masque facial pour lutter contre les imperfections. Son frère Roman passe presque tout son temps libre à son chevet. Marcel Huwiler, son compagnon, renonce même temporairement à son poste de cuisinier et prête main-forte dans une menuiserie pendant six mois pour être auprès de Tanja en soirée.

120 kg après la rééducation

Pendant les dix mois passés à Nottwil, la jeune Lucernoise traverse de nombreuses épreuves, tant physiques que psychiques. Elle grignote des sucreries par frustration et ennui, ne remarquant pas que son poids en pâtit, et craint de ne pouvoir venir à bout de ses tâches quotidiennes sans aide externe.

À sa sortie du CSP, elle pèse 120 kg, 40 de plus qu'avant son accident. Elle a besoin d'un fauteuil roulant adapté, peine à faire ses transferts de manière autonome, ne trouve pas de vêtements adéquats. Les médecins lui conseillent alors une dérivation gastrique. Pratiquée en 2020, l'opération lui permet de retrouver qualité de vie et bien-être.

À sa sortie, Tanja Odermatt vit chez sa mère à Büren (NW), qui, à 50 ans, a suivi une formation d'infirmière et ainsi permis à sa fille un démarrage en dou-

Tanja Odermatt en promenade, entourée de son compagnon et de sa famille.

ceur hors de l'enceinte du CSP. Au bout de six mois, elle s'installe avec son petit ami, accomplit un apprentissage d'employée de commerce et s'ouvre à de nouvelles perspectives de carrière. Depuis le mois de juin 2024, elle travaille pour la fondation SSBL (Stiftung für selbstbestimmtes und begleitetes Leben) à Rathausen (LU).

La plongée, source de bonheur

Avant l'accident, Tanja Odermatt et son compagnon s'étaient découvert une passion pour la plongée en vacances à Bali. À Noël 2018, Marcel Huwiler lui offre alors un cours d'initiation chez Handicapped Scuba Association, une organisation qui permet aux personnes ayant des restrictions physiques de s'essayer à la plongée.

Au printemps 2021, elle s'aventure dans une piscine couverte. En refaisant surface pour la première fois, ses yeux sont remplis de larmes de bonheur. Grâce à sa persévérance et à sa force mentale, elle progresse rapidement et réussit l'examen de plongée jusqu'à 30 m de profondeur. Beat Reichen, son instructeur, suit avec enthousiasme les progrès de son élève, voyant son estime de soi et son assurance remonter en flèche : « Sous l'eau, elle est capable des mêmes exploits qu'une personne valide. »

Lors de ses plongées, elle porte une combinaison conçue sur mesure et des plaquettes de natation. Un propulseur de plongée électrique facilite ses déplacements sous l'eau. Marcel Huwiler, son « homme en or », comme elle le surnomme affectueusement, ne la quitte jamais. « C'est mon partenaire, pas mon infirmier. » En plongée, Tanja Odermatt peut faire abstraction de sa paralysie : « Sous l'eau, je me sens libre », souligne-t-elle. Elle peut passer des heures à admirer le paysage aquatique bigarré et a déjà vécu l'une ou l'autre aventure aux Philippines, en Égypte, à Curaçao ou en Thaïlande.

Un compagnon débordant de reconnaissance

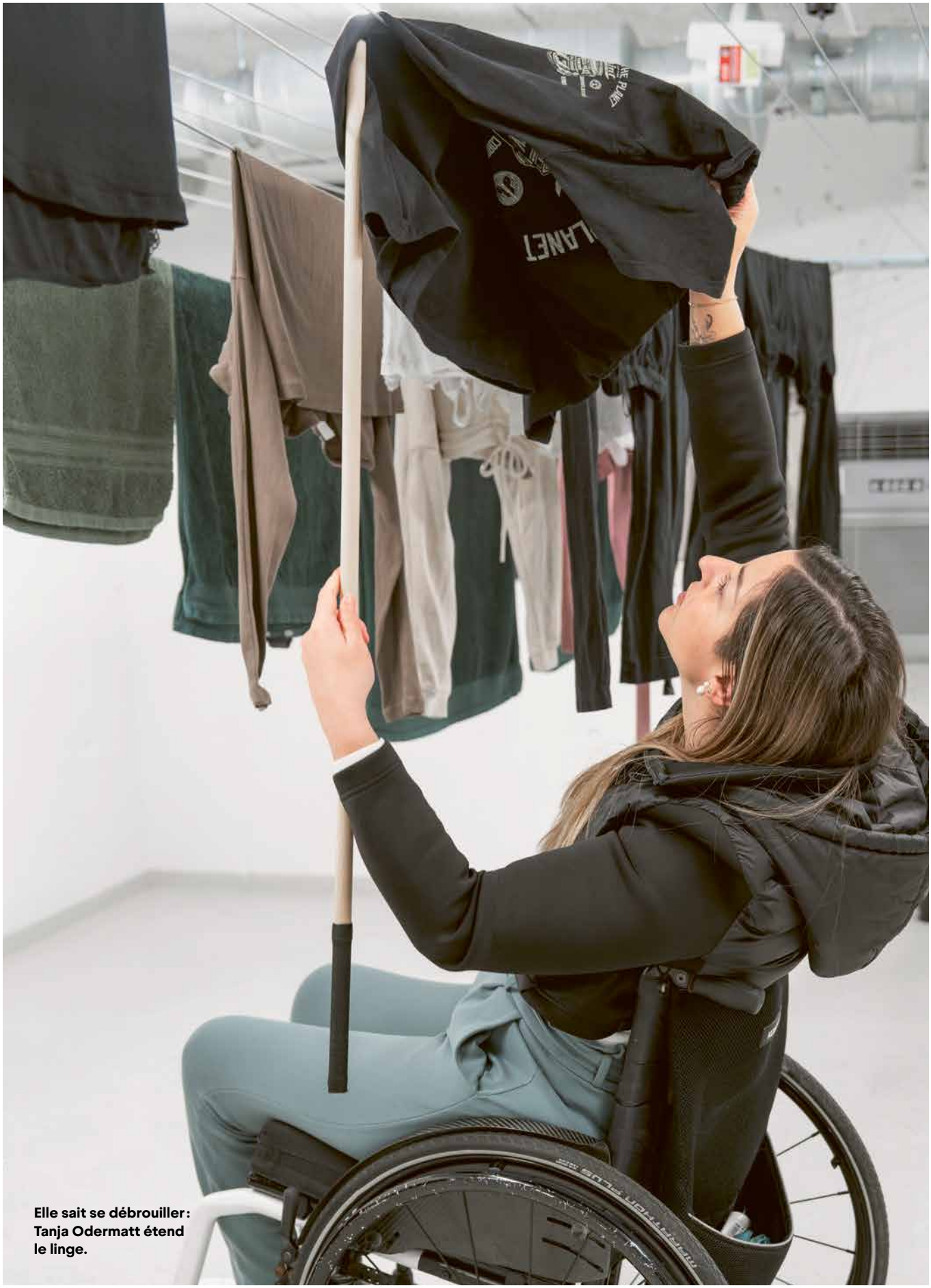
Tanja et Marcel forment un couple depuis 2017. Après son accident, Tanja a demandé ouvertement à son homme si, dans de telles circonstances, il pouvait s'imaginer un avenir commun à ses côtés. « Je ne voulais pas être prise au dépourvu », déclare-t-elle. « J'aurais compris qu'il mette fin à notre relation. »

Mais le jeune homme de 33 ans ne veut pas d'une séparation. Il se souvient de cette fameuse soirée du 19 octobre 2018, de l'ambiance oppressante pendant le trajet jusqu'à Zurich, de la vision de Tanja à la clinique, de l'incertitude : va-t-elle s'en sortir ? Aura-t-elle des lésions cérébrales irréversibles ?

Quel soulagement lorsque sa petite amie le reconnaît ! Et lorsqu'elle est transférée à Nottwil, un sentiment de bonheur l'envahit : « Je savais qu'à partir de ce moment, elle allait pouvoir remonter la pente. C'était mon plus grand cadeau. J'ai bien failli perdre une personne qui m'est chère, j'en suis d'autant plus reconnaissant. »

La joie de vivre retrouvée

Et qu'en est-il aujourd'hui ? « La vie est plus intéressante, palpitante et pleine de défis sympas », rétorque-t-il. « On ne peut certes plus tout faire comme avant,



Elle sait se débrouiller : Tanja Odermatt étend le linge.

« Sans oublier de faire un peu les fous… et parfois la fête. »

Tanja Odermatt

La trentenaire lors d'une thérapie : « Mentalement et physiquement, j'ai retrouvé une certaine stabilité. »

mais avec un peu de créativité et d'audace, bien des choses sont possibles. » Tanja est extrêmement ambitieuse et résolue lorsqu'elle essaie de nouvelles choses, révèle Marcel : « C'est quelqu'un de très chaleureux qui aime se fixer des objectifs élevés. »

Tanja Odermatt aimerait avoir des enfants et une maison pour pouvoir exploiter au maximum les possibilités qui s'offrent à elle. Dans le dos, au-dessus de la cicatrice de son opération, elle s'est fait tatouer sa devise : « Life is a gift », la vie est un cadeau. Et aussi la date qui a marqué un tournant dans sa vie, ainsi que la fée Clochette dans « Peter Pan », un symbole d'insouciance à ses yeux. « Sans oublier de faire un peu les fous… et parfois la fête. »

Sa famille est très fière de son parcours : « Tanja s'en est sortie. Sa positivité est admirable », témoigne Rita Odermatt. Et son frère Roman de rajouter : « J'ai un profond respect pour sa grande combativité. Elle se réjouit des choses qu'elle est encore en mesure de faire malgré ses restrictions. Marcel Huwiler est l'une des principales raisons qui ont motivé Tanja à parcourir ce long chemin semé d'embûches jusqu'au bout. »

Un journal bouleversant

De nombreuses personnes ont documenté dans un journal les premiers pas parcourus sur ce pénible chemin. Proches, médecins et personnel soignant y ont consigné leurs observations et leurs émotions. Ce journal, Tanja Odermatt le conserve précieusement chez elle, mais n'a pas encore trouvé la force de le lire seule. « Les textes me bouleversent au plus haut point », explique-t-elle.

Des souvenirs essentiellement positifs la rattachent à Nottwil, même si les suites de son escarre restent pour elle un cauchemar. « Je me suis prise d'affection pour bon nombre de personnes qui m'ont soignée », affirme-t-elle. Aujourd'hui, les visites à la clinique sont comme un retour à la maison, d'autant plus depuis 2022 puisque son compagnon y travaille à présent comme cuisinier.

Tanja Odermatt rayonne de joie. Elle a trouvé ses repères au sein de sa nouvelle vie. Et en cas de vague à l'âme passager, le soutien de son entourage ne fait jamais défaut. « Oui. Tu en fais évidemment partie, toi aussi », conclut-elle en caressant son mutique psychologue. **(pmb/kohs)**

Voilà à quoi sert votre cotisation

En tant que membre de la Fondation suisse pour paraplégiques, Tanja Odermatt a touché le montant de soutien bienfaiteur de 250 000 francs. La fondation a par ailleurs contribué au préfinancement des transformations de son appartement et à l'achat d'une voiture et d'un handbike.

Grand soutien de la population

Deux millions de membres soutiennent l'une des œuvres de solidarité les plus importantes du pays : la Fondation suisse pour paraplégiques. L'espace visiteurs ParaForum a enregistré un nouveau record de visites.

Au mois de mai, le Groupe suisse pour paraplégiques (GSP) a publié son rapport annuel, avec un résultat global des plus satisfaisants. En 2024, la performance opérationnelle a atteint 313 millions de francs (contre 292,8 mio l'année précédente), et les charges d'exploitation ont elles aussi augmenté, passant de 298,7 millions de francs en 2023 à 313,9 millions. Compte tenu de l'évolution satisfaisante des marchés financiers, il en a néanmoins résulté un bénéfice annuel de 14,5 millions de francs (contre 5,9 l'année précédente).

Les chutes, cause d'accident la plus fréquente

En 2024, le Centre suisse des paraplégiques (CSP) a traité 1045 patient·es avec une paralysie médullaire en stationnaire (tétraplégie : 56 %, paraplégie : 44 %). Les contacts ambulatoires ont augmenté pour atteindre le chiffre de 62 128 (+3,8 %). 190 personnes touchées ont suivi une première rééducation. Les principales causes de paralysie médullaire liées à un accident ont été les chutes (40 %), suivies des accidents de la circulation (27 %) et des accidents de sport (24 %).

Deux millions de membres

Fin 2024, l'Association des bienfaiteurs de la Fondation suisse pour paraplégiques comptait deux millions de membres dans 1,3 million de ménages. Près de 143 000 personnes ont une affiliation permanente. Les cotisations et recettes de dons ont atteint 94,7 millions de francs l'an passé (contre 91,7 mio l'année précédente). 36 personnes se sont vu verser un montant de soutien bienfaiteur de 7,4 millions de francs au total. 22,3 millions de francs ont par ailleurs été octroyés aux personnes touchées sous forme d'aide directe.

Plus de 25 000 personnes ont visité le ParaForum en 2024.

Grande fidélité des personnes en formation

En 2024, 31 postes ont été créés au sein du Groupe suisse pour paraplégiques, qui emploie un effectif total de 2127 collaboratrices et collaborateurs. 73 % du personnel sont des femmes, 27 % des hommes. La part de personnes travaillant à temps partiel s'élève à 56 %. Avec 190 personnes en formation et étudiant·es, le GSP fait partie des principales entreprises formatrices en Suisse centrale. 70 % des personnes en formation restent dans l'entreprise au terme de leur formation.

Fréquentation record pour le ParaForum

L'an passé, 25 237 personnes (contre 23 478 l'année précédente) ont découvert l'espace visiteurs ParaForum ou participé à une visite guidée du CSP – un nouveau record. 4671 élèves ont bénéficié de l'offre spécifique destinée aux classes scolaires. Le record de visites reflète l'intérêt du public pour les thèmes liés à la paralysie médullaire. Le ParaForum a en outre mis sur pied des programmes individuels pour des associations et des clubs services. Animés par des personnes paralysées médullaires, ils ont permis de sensibiliser les participant·es de manière authentique aux préoccupations des personnes touchées. **(réd/kohs)**

Le rapport annuel complet de la Fondation suisse pour paraplégiques et des filiales du groupe est disponible sur :

+ report.paraplegie.ch (en allemand)

Le botox, au-delà de l'esthétique

Le Centre suisse des paraplégiques utilise de manière ciblée les propriétés de la toxine botulique (le fameux botox) pour traiter la spasticité. Les possibilités thérapeutiques sont nombreuses.

« Pour ce type de traitement, il faut une approche holistique orientée vers l'avenir. »

Dᵉˢˢᵉ méd. EC Inge Eriks Hoogland, médecin adjointe Paraplégiologie

Après une paralysie médullaire, la majorité des personnes touchées connaissent la spasticité. Il s'agit d'un tonus musculaire accru qui survient dans les jambes, les bras et le tronc et qui déclenche des postures ou mouvements non intentionnés. Ce phénomène provoque souvent des douleurs. La spasticité résulte d'une mauvaise régulation par le cerveau des impulsions nerveuses au-dessous du niveau de la lésion médullaire. La connexion défaillante déclenche des chaînes de réflexes confuses, causant la spasticité.

Une option thérapeutique intéressante

Les mouvements aléatoires peuvent perturber sensiblement le quotidien des personnes touchées : que ce soit pour s'habiller, se soigner, rester en position assise ou dormir sans se réveiller. « Nous traitons actuellement un patient de 45 ans avec une spasticité importante dans les membres inférieurs », explique Inge Eriks Hoogland. « Après l'injection d'un dosage élevé de toxine botulique, l'homme pouvait à nouveau faire lui-même le transfert dans le fauteuil roulant. » C'est précisément ce type de progrès qui augmente considérablement la qualité de vie des patient·es, explique la médecin adjointe Paraplégiologie au Centre suisse des paraplégiques (CSP).

Avec son confrère Michael Kowollik, elle dirige la consultation ambulatoire pour le traitement à la toxine botulique. Pour bien cibler les muscles présentant la spasticité, on recourt à l'échographie et, si nécessaire, à la stimulation électrique. La toxine botulique inhibe l'activité musculaire, et ce, pendant trois à quatre mois. Ce créneau permet à l'équipe de traitement d'améliorer la situation de vie par d'autres thérapies ou un traitement des douleurs.

Par exemple, cela signifie qu'une patiente peut à nouveau légèrement ouvrir la main contractée pour la laver plus facilement. Que certains muscles peuvent être soumis à un entraînement. Ou qu'un bras peut à nouveau être tendu. L'injection de toxine botulique ouvre la voie à des possibilités de thérapie qui n'auraient pas été possibles à cause de la spasticité.

Participer davantage à la vie

En revanche, le traitement au botox n'est pas destiné à réduire la spasticité en tant que telle, mais à rendre aux personnes touchées de nouvelles fonctions pour leur quotidien. Dans ce but, les médecins du CSP travaillent en équipe interprofessionnelle avec d'autres spécialistes thérapeutiques et l'entreprise Orthotec, une filiale de la Fondation suisse pour paraplégiques. « Pour ce type de traitement, il faut une approche holistique orientée vers l'avenir », dit Inge Eriks Hoogland.

À long terme, l'affaiblissement temporaire de certains muscles par la toxine botulique peut avoir de nombreux effets positifs, même s'il faut adapter les thérapies bien établies. Seul un aperçu systématique de toutes les fonctions montre comment améliorer leur interaction. Cette approche par les capacités fonctionnelles permet ainsi aux personnes paralysées médullaires de nouvelles activités quotidiennes et donc une plus grande participation à la vie sociale. **(kste/kohs)**

+ paraplegie.ch/btx

Sous le signe de l'inclusion

Quelque 65 000 athlètes venu·es des quatre coins de Suisse sont attendu·es à la Fête fédérale de gymnastique (FFG) à Lausanne. Au cœur des festivités, l'inclusion : la FSP et le comité d'organisation de la FFG ont à cœur d'attirer l'attention du public sur la paralysie médullaire.

Giulia Damiano s'engage en faveur d'une bonne accessibilité en fauteuil roulant à la Fête fédérale de gymnastique à Lausanne.

La Fête fédérale de gymnastique (FFG) est la plus importante manifestation sportive populaire de Suisse. Du 12 au 22 juin 2025, quelque 65 000 athlètes ainsi que 300 000 visiteuses et visiteurs venus de toute la Suisse se retrouveront à Lausanne pour célébrer la 77e édition d'un événement des plus populaires qui mettra à l'honneur toutes les facettes de la gymnastique et sera cette année placé sous le signe de l'inclusion.

Le sport rapproche les gens, au-delà de toutes les frontières. « L'inclusion joue un rôle majeur, et notamment dans le sport », explique Joseph Hofstetter, directeur de la Fondation suisse pour paraplégiques (FSP). « Le sport est non seulement indispensable pour la santé des personnes avec une paralysie médullaire, mais il représente également un moyen de prendre à nouveau part à la vie sociale. C'est pourquoi le comité d'organisation « Lausanne 2025 » et la Fondation suisse pour paraplégiques s'engagent ensemble pour l'accessibilité à cette grande manifestation.

De meilleures conditions d'accessibilité

Des zones spectateurs réservées aux personnes à mobilité réduite ainsi que des accès facilités en fauteuil roulant sont prévus sur le site des festivités. Certaines installations sanitaires seront elles aussi exemptes d'obstacles. La FSP présentera son réseau de prestations en faveur des personnes paralysées médullaires sur la Place de la Navigation, en plein cœur des réjouissances.

Les visiteuses et visiteurs du stand d'information pourront tester le basket en fauteuil roulant et autres handbikes et obtenir de plus amples renseignements sur les coulisses de cette œuvre de solidarité unique à l'occasion d'échanges captivants avec des personnes touchées et des collaboratrices et collaborateurs de la FSP. « Que des personnes touchées de Suisse romande nous soutiennent en partageant leurs expériences et leur histoire avec le public est particulièrement réjouissant », affirme Joseph Hofstetter.

L'accident n'a pas freiné sa passion pour la gym

L'importance accordée à l'absence de barrières lors de la FFG est due avant tout aux efforts de Giulia Damiano, jeune Lausannoise de 26 ans paralysée médullaire depuis un accident de gymnastique. Sa rééducation, c'est à Nottwil qu'elle l'a effectuée (cf. édition 3/2024 du magazine « Paraplégie »). Giulia travaille désormais en tant que responsable de projet au secrétariat général de « Lausanne 2025 » et est, grâce à son histoire personnelle, l'emblème d'une réinsertion professionnelle réussie.

La jeune femme est l'un des visages de la campagne publicitaire de la FSP spécialement mise au point pour la Suisse romande, que les Lausannois·es pourront notamment découvrir à l'arrière d'un bus urbain sillonnant la ville lors de la FFG. Mais cette campagne n'est qu'une partie des projets par le biais desquels la fondation souhaite renforcer sa notoriété en Romandie. **(nean/baad)**

+ paraplegie.ch/ffg

« Nous avons beaucoup à offrir en Suisse romande »

Daniel Joggi a été président de l'Association suisse des paraplégiques et de la Fondation suisse pour paraplégiques pendant près de deux décennies. Même à 75 ans, ce Vaudois tétraplégique cherche toujours à faire davantage connaître la fondation en Suisse romande.

Daniel Joggi, après plus de 30 ans passés au service du Groupe suisse pour paraplégiques, de quoi êtes-vous particulièrement fier ?
À un moment donné, on s'est rendu compte qu'il fallait aménager et élargir le campus de Nottwil pour mieux répondre aux besoins des personnes touchées. C'était une question d'infrastructure, mais aussi d'étoffement de l'offre. La tâche était très exigeante, mais je suis fier que nous ayons réussi à tout mettre en œuvre comme prévu.

Avec vous à sa tête, la Fondation suisse pour paraplégiques a connu un essor.
Quand on élargit l'offre, il faut aussi un effectif plus grand et un budget plus élevé. Seule une hausse du nombre des membres l'a permis.

Vous avez fait des actions surprenantes en Suisse romande.
Oui, c'est vrai. Par exemple, on a peint 300 places PMR dans un parking à Lausanne pour montrer combien de personnes subissent chaque année une paralysie médullaire. Cela a attiré beaucoup d'attention. Un an plus tard, on a fait circuler un fauteuil roulant électrique téléguidé sur des parkings à Genève et Neuchâtel en indiquant que tout le monde était susceptible de dépendre d'un fauteuil roulant si le destin frappait. Actuellement, la fondation s'engage énormément pour éveiller l'intérêt de la population romande, la sensibiliser et l'informer à propos de la paralysie médullaire.

Daniel Joggi et son chien d'assistance Egée dans sa maison à Trélex.
© Patrick Güller

Quelles sont les prestations proposées en Suisse romande ?
Avant tout, il faut connaître la fondation et savoir qu'elle aide toutes les personnes touchées en Suisse. En Romandie, elle intervient à plusieurs niveaux : par exemple par le biais des clubs en fauteuil roulant gérés par l'Association suisse des paraplégiques, de l'engagement de ParaHelp pour les conseils infirmiers à domicile, du Centre construire sans obstacles ou encore des écoles de ski à Villars. Je tiens à souligner particulièrement la coopération avec le CHUV. Elle permet aux Romandes et Romands de passer des bilans réguliers à Lausanne et de ne se rendre à Nottwil que pour les examens spécifiques.

Pourquoi est-ce si difficile d'acquérir de nouveaux membres en Suisse romande ?
Les gens ne connaissent pas suffisamment le travail de la Fondation suisse pour paraplégiques. Nottwil est perçu comme un site d'action centralisé. On accorde bien moins d'attention à l'importance de l'engagement dans les autres parties du pays. Il faudrait faire régulièrement connaître les prestations exhaustives dans toute la Suisse. La population romande comprendrait alors qu'une affiliation à la Fondation suisse pour paraplégiques ne soutient pas une organisation alémanique, mais également toutes les prestations fournies chez nous. Et les personnes paralysées médullaires en profitent, tout au long de leur vie. **(kste)**

LUCERNE FESTIVAL
OPEN END
12.08. – 14.09.
Festival d'été 2025
Martha Argerich | Daniel Barenboim | Lisa Batiashvili | Berliner Philharmoniker | Riccardo Chailly | Isabelle Faust | Mirga Gražinytė-Tyla | Augustin Hadelich | Daniel Harding | Janine Jansen | Patricia Kopatchinskaja | Lang Lang | Igor Levit | Daniel Lozakovich | Lucerne Festival Contemporary Orchestra (LFCO) | Lucerne Festival Orchestra | Klaus Mäkelä | Anne-Sophie Mutter | Yannick Nézet-Séguin | Orchester des Teatro alla Scala | Kirill Petrenko | Sir Simon Rattle | Royal Concertgebouw Orchestra | Royal Philharmonic Orchestra | Esa-Pekka Salonen | Sir András Schiff | Mitsuko Uchida | Franz Welser-Möst | West-Eastern Divan Orchestra | Wiener Philharmoniker | Tabea Zimmermann et bien d'autres ...
KÜHNE STIFTUNG
Roche
UBS
ZURICH

Faire des pieds… et des mains

Podologue au Centre suisse des paraplégiques (CSP), Sandra Affentranger sait combien des pieds soignés sont essentiels.

Sandra Affentranger pousse la table qu'elle utilise pour ses traitements dans une chambre où l'attend une patiente. Elle se met au travail, ses instruments stériles à portée de main : pinces à ongles, lime électrique, ciseaux, produits désinfectants et crèmes.

Les pieds sont tout son univers. À 35 ans, elle leur a déjà consacré la moitié de sa vie, et sa passion est toujours aussi vive qu'à ses débuts. Elle entend d'ailleurs en finir avec un préjugé de taille : « Les gens se font souvent une fausse idée de mon travail. Je ne fais pas de massages des pieds ni ne pose de vernis à ongles. »

Les pieds méritent qu'on les dorlote

Au CSP, Sandra Affentranger résout des problèmes qui peuvent non seulement être à l'origine de douleurs, mais aussi d'escarres. Elle se charge essentiellement d'ongles, qu'il s'agisse de les couper dans les règles de l'art ou d'y fixer un fil en titane pour en corriger la croissance. « Les ongles incarnés peuvent avoir de fâcheuses conséquences et aboutir à une opération », explique la jeune Lucernoise. « Des ongles de pied trop longs accroissent aussi le risque de se blesser en cas de spasticité. » Et de préciser : « Les pieds ont besoin d'attention. Pas question de les négliger. »

Son travail suscite parfois l'émerveillement parmi ses collègues : « Ils ne pourraient jamais s'occuper des pieds d'autres personnes. Mais moi, cette partie du corps me fascine. Et une fois le traitement achevé, le résultat est bien visible. » Sandra Affentranger se considère comme une artisane des pieds dans un contexte médical, dans lequel elle a toujours souhaité évoluer.

Pendant près d'une heure, elle s'occupe de chaque personne et de ses problèmes d'ongles, de cors ou de callosités, dans sa salle de soins, dans la chambre des patient·es ou même à l'unité de soins intensifs. Au besoin, la podologue s'occupe aussi des mains. Des ongles trop longs sont un obstacle de taille pour les personnes tétraplégiques utilisant un écran tactile.

Une immense gratitude

Les patient·es lui racontent parfois leur histoire. « Mon travail n'est jamais monotone », précise Sandra Affentranger, en soulignant l'immense gratitude qu'on lui témoigne au CSP. Non seulement parmi les personnes touchées, mais aussi parmi le personnel soignant : « Les infirmières et infirmiers font souvent le travail eux-mêmes. La reconnaissance est immense lorsque nous autres podologues trouvons le temps de nous en charger. » Sa collègue Viola Brunner et elle forment un duo bien rodé. Pour elles, l'existence d'une équipe de podologie au CSP ne va pas de soi.

Sandra Affentranger achève les soins prodigués à la patiente, range ses instruments et se rend à son prochain rendez-vous. À la fin de la journée, le travail reste souvent un sujet de discussion, bon nombre de ses amies étant elles-mêmes podologues. **(pmb/baad)**

« Des ongles de pied trop longs accroissent le risque de blessure en cas de spasticité. »

Sandra Affentranger, podologue

Conseils pratiques
Cinq conseils de Sandra Affentranger pour des pieds en bonne santé :

+ paraplegie.ch/conseils-podologie

Un don pas comme les autres

ParaColoc à Schenkon (LU): collaboratrice et résident préparent ensemble le repas.

Soutien de la ParaColoc à Zurich

La fondation Nina L. Kummerfeldt Stiftung soutient les projets caritatifs destinés aux personnes ayant des restrictions. Ces projets doivent assurer la sécurité de prise en charge et permettre une vie la plus autodéterminée possible, priorisant les mesures pour renforcer l'autonomie, l'intégration sociale et la propre responsabilité. Cette fondation tessinoise poursuit donc les mêmes objectifs et partage des valeurs avec la Fondation suisse pour paraplégiques (FSP).

La Nina L. Kummerfeldt Stiftung a fait un don de 150 000 francs dans l'idée de développer une antenne ParaColoc à Zurich. Ce généreux montant permet d'exporter l'entraînement à l'habitation déjà établi avec succès à Schenkon (LU) dans la plus grande ville de Suisse. La ParaColoc prépare les personnes blessées médullaires à une vie indépendante et facilite la gestion de leur propre foyer. En raison de la grande demande, la Fondation suisse pour paraplégiques a élargi successivement l'offre. Merci pour ce don généreux.

+ paraplegie.ch/don-special

Lettres à la fondation

Le soutien accordé par la fondation pour l'achat d'un fauteuil roulant électrique a provoqué une joie et une gratitude énormes. C'était très pesant psychiquement de ne plus pouvoir réparer l'ancien fauteuil roulant tout en sachant que nous n'avions pas les moyens d'en acheter un nouveau. Nous sommes très heureux d'avoir reçu votre soutien. La nouvelle autonomie a aussi permis de retrouver une bonne qualité de vie et la joie de vivre.
Francesco et Edith Del Bon,
Aarburg (AG)

Mon mari et moi remercions la fondation du fond du cœur pour le soutien qui a permis d'agrandir la salle de bains et de goudronner l'accès au chalet. Ces travaux nous offrent une indépendance qui change notre vie et nous réjouit tous les jours.
Monique et Claude Derivaz,
Mollens (VS)

Le nouveau handbike est déjà arrivé. Nous n'avons pas de mots pour exprimer notre gratitude pour le soutien accordé par la Fondation suisse pour paraplégiques.
Alain Tuor,
Münsingen (BE)

Un grand merci pour votre contribution à l'achat d'une voiture. Elle apportera un vent nouveau en ce qui concerne ma mobilité et mon indépendance. Sans votre générosité, cela n'aurait pas été possible.
Nicolas Dubois,
Petit-Lancy (GE)

Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude pour l'adaptation de notre maison. Elle est le noyau de notre famille depuis des décennies et nous y avons vécu de nombreux moments inoubliables. Votre soutien nous permet de garder nos racines dans ce lieu si important.
Famille Lumpert,
Rapperswil (SG)

Un grand merci à la Fondation suisse pour paraplégiques pour le précieux soutien pour la cigogne. Elle facilite les transferts et évite les blessures cutanées. J'espère qu'à l'avenir, je ne devrai plus me faire hospitaliser pour des blessures de la peau.
Beat Grond,
Müstair (GR)

E-mail

Un grand merci pour le numéro de « Paraplégie » dédié aux 50 ans de la fondation. C'est une belle rétrospective et un moment plein d'émotions de lire tout ce qui s'est passé ces 50 dernières années. Bravo et merci à tous les collaborateurs et toutes les collaboratrices de tous les métiers, vous êtes des anges. Je vous soutiens depuis de nombreuses années et je continuerai à le faire.
Danièle Willommet

Je viens de lire le numéro actuel de « Paraplégie ». C'est incroyable de lire les progrès réalisés, notamment l'histoire des débuts, en 1975. La Suisse peut s'estimer heureuse d'avoir une fondation comme la vôtre.
Heidi Büchi

Je travaille comme médecin assistant dans une clinique traumatologique à Francfort [en Allemagne]. Récemment, j'ai découvert votre podcast et je tiens à vous en féliciter. Je suis particulièrement impressionné par l'empathie et l'authenticité des histoires personnelles. C'est encourageant de voir à quel point il est possible de profiter de la vie malgré une paralysie médullaire. J'ai recommandé le podcast et ses témoignages positifs et proches de la réalité à quelques patient·es et leur retour a été unanimement positif.
Dr méd. Frederik Schneckmann

La rédaction se réserve le droit de publier les courriers de façon abrégée.

Facebook

Monika Schärer
Votre collaboration extraordinaire permet une vie aussi normale que possible à vos patientes et patients et les aide à se reconstruire. Mon mari est bien heureux de vous avoir.
Commentaire à propos du post sur la rééducation

Franz Rullo
Votre aide m'a permis de surmonter les périodes difficiles et de reprendre espoir. Votre soutien me donne le sentiment de ne pas être seul et je vous en remercie vivement. Votre travail fait une grande différence dans la vie de bien des gens, dont la mienne.
Commentaire à propos des 50 ans de la FSP

Bea Lumpert
Après l'opération d'une tumeur, j'ai passé sept mois au CSP. Jamais je n'oublierai son extraordinaire personnel, qui m'a aidée et montré qu'une vie en fauteuil roulant est digne d'être vécue. Je lui en suis profondément reconnaissante. L'affiliation aide beaucoup de personnes.
Commentaire à propos du post sur Louka Réal

LinkedIn

Sara Rubinelli
Félicitations au GSP pour cette distinction ! C'est une récompense bien méritée pour l'engagement et le travail exceptionnel fournis dans le domaine de la santé.
Commentaire à propos du classement comme meilleur employeur dans le «Handelszeitung»

Sandra Mazenauer
La FSP fête ses 50 ans ! Chapeau à toutes les personnes qui ont fourni un travail excellent en faveur des personnes paralysées médullaires et de leur réinsertion. Vous pouvez être fiers de vous.
Commentaire à propos des 50 ans de la FSP

Vieil or

Mes parents m'ont laissé quelques bijoux et, pendant longtemps, je ne savais pas quoi en faire. J'ai donc décidé de les donner à la Fondation suisse pour paraplégiques. J'espère que je peux ainsi apporter une petite contribution à votre grande œuvre.
A. F.

J'espère sincèrement que mes bagues endommagées vous rapporteront quelques francs. Tout de bon à votre merveilleuse fondation et à toutes les personnes touchées.
K. B.

Je suis heureuse de savoir que les bijoux et les montres dans l'enveloppe permettent d'aider d'autres personnes. Je remercie tout le personnel. Il faut tout un chacun pour que tout fonctionne.
V. K.-R.

Suivez-nous :

facebook.com/
paraplegie.suisse

x.com/paraplegiker

linkedin.com/
company/paraplegie

tiktok.com/
@paraplegie

youtube.com/
ParaplegikerStiftung

instagram.com/
paraplegie

12 au 22 juin à Lausanne
Fête fédérale de gymnastique 2025
Placée sous le signe de l'inclusion, la 77e Fête fédérale de gymnastique accueillera sur le site des festivités un stand de la Fondation suisse pour paraplégiques. Venez nous rendre visite du 12 au 15 et du 19 au 21 juin Place de la Navigation, en plein cœur de Lausanne-Ouchy.

+ paraplegie.ch/ffg

22 au 27 juin à Lucerne
World Rowing Cup
L'élite mondiale d'aviron se mesurera au Rotsee à l'occasion de la coupe du monde, dont les compétiteurs et compétitrices de para-aviron. La Fondation suisse pour paraplégiques et l'Association suisse des paraplégiques soutiennent les régates inclusives.

+ lucerneregatta.com/integration

6 et 7 septembre à Nottwil
Journées portes ouvertes
C'est la grande fête d'anniversaire de la Fondation suisse pour paraplégiques. Sous la devise « Ensemble, nous faisons la différence », elle invite ses membres et toute la population à Nottwil pour présenter son réseau de prestations et offrir de nombreuses attractions et surprises. Découvrez ce que votre solidarité et votre soutien ont permis de réaliser ces 50 dernières années au niveau de la prise en charge médicale, de l'intégration sociale et professionnelle et du quotidien des personnes touchées.

+ paraplegie.ch/ensemble

19 septembre à Nottwil
Petite musique du vendredi
Elizaveta Lobanova et Samuel Cosandey présenteront un pétulant récital à quatre mains et quatre pieds sur leur petit orgue. L'après-midi, les deux musiciens se produiront à la clinique et donneront un concert public à 19 h 30 dans l'espace de recueillement du CSP. Entrée libre.

Sous la pluie

Certains services de transport prévoient des abribus aux différents arrêts, un bonheur en cas de pluie. Et là, il n'est pas rare qu'on oublie les personnes en fauteuil roulant. Les services de transport bâlois ont installé leurs nouveaux bancs sur toute la largeur de l'abri, jusqu'au distributeur de billets. Les personnes en fauteuil roulant doivent donc s'avancer et attendre sous la pluie. Après certains articles acerbes dans la presse, les responsables bâlois ont réagi. Mais à bien d'autres endroits, la toiture de protection se fait toujours attendre.

Anecdote/témoignage par Markus Schley. Illustration : Roland Burkart. Vous avez aussi vécu une expérience liée au fauteuil roulant ? Écrivez-nous :

+ redaktion@paraplegie.ch

Affiliation : Personnes individuelles avec enfants CHF 45, couples et familles CHF 90, affiliation permanente CHF 1000. Les membres touchent un soutien de CHF 250 000 en cas de paralysie médullaire consécutive à un accident, avec dépendance permanente du fauteuil roulant.
paraplegie.ch/devenir-membre

Changement d'adresse en ligne :
paraplegie.ch/service-center

Fondation suisse pour paraplégiques
Service Center
6207 Nottwil
T 041 939 62 62
sps@paraplegie.ch

Fondation
suisse pour
paraplégiques

Une visite
touchante,
interactive et
enrichissante

Espace visiteurs ParaForum

Une excursion pleine de sens

Venez nous rendre visite à Nottwil.
paraforum.ch

Fondation
suisse pour
paraplégiques

Mécanicien par vocation grâce à votre affiliation

Votre affiliation à la Fondation suisse pour paraplégiques permet à plus de 60 % des personnes paralysées médullaires de réintégrer le monde du travail. Merci pour votre solidarité.

paraplegie.ch