

## PARAPLÉGIE

# «Tenir en équilibre sur mes mains, c'est retrouver mon identité»

**Silke Pan, l'ex contorsionniste qui a perdu l'usage de ses jambes après avoir chuté d'un trapèze en 2007 tourne la page de sa carrière d'athlète handisport pour retrouver la scène.**



par  
**Laura Juliano**

Formée à l'école nationale de cirque de Berlin, Silke Pan, artiste professionnelle contorsionniste durant 15 ans a vu sa vie basculer en 2007 après avoir chuté d'un trapèze. Paraplégique depuis, la sportive d'élite a entamé une carrière d'athlète handisport couronnée de succès qui lui a permis d'appivoiser ce nouveau corps. Après avoir collectionné les médailles d'Europe et du monde [en handbike](#), [parcours jusqu'à 80 cols](#) à la force de ses bras, elle tourne la page pour renouer avec son premier amour: le cirque.

## «J'avais pourtant fait le deuil»

C'est lors du premier confinement que le déclic a eu lieu. Occupée par ses deux entraînements quotidiens de paracyclisme qui comprennent du renforcement musculaire, une idée lui vient subitement. «Je me suis demandé si j'avais encore la force de tenir mon poids à la verticale, comme je le faisais avant l'accident», explique-t-elle.

À l'aide de son mari, elle explore diverses manières d'y parvenir en commençant par rigidifier son corps à l'aide d'une planche de snowboard pour finir par attacher ses pieds de part et d'autre d'une barre qu'elle placera sur sa nuque. «D'une manière incroyable, en l'espace de 10 minutes, j'ai retrouvé mes sensations. J'avais pourtant fait le deuil. Je pensais que c'était impossible. Après l'accident, je n'arrivais même pas tenir assise dans un fauteuil sans dossier.»



## «Comme si mon corps m'était rendu»

Grâce à des années d'entraînement acharné, l'acrobate a affûté sa proprioception. «Depuis ce terrible accident, j'ai eu droit à un premier formidable cadeau, celui de pouvoir marcher grâce à

### [un exosquelette Twice conçu à l'EPFL](#)

Et quand j'ai tenu sur mes mains à nouveau, j'ai retrouvé mon corps et d'une certaine manière mon identité. Mes mains prennent le rôle de mes jambes: c'est comme si mon corps m'était rendu, s'exclame l'acrobate. Quand je suis dans ces moments d'équilibriste, j'oublie mon handicap. Je me sens vibrer, je me sens heureuse, je me sens moi.»

Pour se consacrer pleinement à son art, Silke Pan s'est officiellement retirée de sa carrière d'athlète. Après trois représentations de contorsionniste qui se sont soldées chacune par une standing ovation, ce nouveau tournant sonne comme une évidence. «C'est un signe pour moi, que je suis sur la bonne voie», confie-t-elle d'une voix tremblante. La contorsionniste s'entraîne désormais pour un nouveau numéro qu'elle donnera prochainement au cirque de Noël de Moudon.

