

Bilan positif pour la piste cyclable

Fribourg » Le test de la piste cyclable mise en place provisoirement sur le boulevard de Pérolles a pris fin hier. L'aménagement pourrait être pérennisé.

Une quarantaine de personnes se sont rassemblées hier en fin d'après-midi pour un cortège «funèbre mais joyeux» marquant la fin de la piste cyclable inaugurée à la fin juin sur le boulevard de Pérolles, à Fribourg. Le projet était d'emblée prévu pour deux mois, comme une phase test pour voir les réactions des différents usagers de cet axe très passant du centre-ville. Les soixante places

de stationnement supprimées pendant ce laps de temps seront de nouveau disponibles. Cet aménagement, allant de la gare aux Charmettes, pourrait cependant devenir permanent. «Nous allons rédiger un rapport pour le Conseil communal, proposant de pérenniser cette piste. Ce sera ensuite à lui de décider ce qu'il veut faire», indique Antoine Bussard, chef du secteur mobilité au Service de la mobilité de la commune. Si la piste cyclable est pérennisée, elle pourrait être mise à l'enquête en septembre. La commune a mené un sondage auprès de la population,

auquel ont répondu 479 personnes. «74% des gens du quartier interrogés plébiscitent la piste cyclable et 78% sur l'ensemble du panel», indique Pierre-Olivier Nobs. Le conseiller communal en charge de la mobilité, de la police locale et des sports relève également que les Transports publics fribourgeois (TPF) ont également constaté une plus grande fluidité dans le trafic de leurs bus, comme ceux-ci n'avaient pas besoin de s'arrêter pour les manœuvres des voitures se parquant au bord du boulevard. Un monitoring des places de parc libres dans le secteur a

également été effectué, pour voir si, comme l'assuraient notamment les opposants au projet de piste, il deviendrait compliqué de trouver un emplacement avec 60 places de moins. Les contrôles ont été effectués à différents moments de la journée et de la semaine. «Il y avait toujours entre 10 et 20 places disponibles sur le boulevard de Pérolles, sans avoir besoin d'aller dans les petites rues latérales», rapporte Antoine Bussard. Les petits aménagements mis en place pour créer la piste seront enlevés la semaine prochaine. » ANNE REY-MERMET

Canoë abandonné

Gruyère » Un canoë vide s'est échoué au niveau du camping d'Enney mercredi soir. Après d'importantes recherches, les deux occupantes ont été retrouvées saines et sauves chez elles, indique un communiqué de la police cantonale. Mais avant l'heureux dénouement, la Rega, des plongeurs de la police cantonale et des spécialistes en canyoning de la colonne de secours de Bulle se sont mobilisés. Les vannes du barrage de Lessoc ont aussi été fermées pour réduire le débit de la rivière.

Grâce à des effets personnels restés dans l'eau, une femme de 52 ans a été retrouvée à son domicile par la police vaudoise. Après avoir chaviré dans l'après-midi sans pouvoir récupérer le canoë, son amie de 40 ans et elle sont rentrées chez elles. Il se pourrait qu'elles aient des frais à payer, selon la police. La police précise qu'il faut l'informer au 117 en cas d'abandon de navire ou d'affaires. De plus, les embarcations doivent porter les coordonnées de leurs propriétaires. » ZL

Sébastien Riccard a repris 20 kg après s'être battu des années contre l'anorexie. Témoignage

«Tu ne perds pas seulement du poids»

« ANNE REY-MERMET

Fribourg » Parce qu'il n'est pas qu'un chiffre sur une balance ou une silhouette que l'on juge dans la rue, Sébastien Riccard a décidé de parler. D'afficher son corps et son parcours pour peut-être être utile à d'autres qui connaîtraient les mêmes troubles que lui. Pas pour se poser en modèle, mais pour apporter un peu d'espoir à ceux qui souffrent, quelque chose qui lui a manqué à lui. «Avec tout ça, j'étais devenu l'anorexique, je n'étais plus Sébastien. Aujourd'hui, je peux dire que je me suis trouvé et pas retrouvé, parce que je ne serai plus jamais comme avant.» Avec détermination et douceur, ce Fribourgeois de 27 ans revient sur ces années marquées par la maladie.

En surpoids pendant son enfance, Sébastien Riccard affiche un poids stable à 20 ans grâce à un rééquilibrage alimentaire. Après son apprentissage, il travaille comme assistant socio-éducatif avec des horaires coupés et des journées chargées. «J'avais pris quelques kilos, on me faisait des réflexions à ce propos. J'ai ensuite perdu un peu de poids et là les remarques étaient valorisantes, encourageantes», se souvient-il. De petites privations en régime draconien composé d'un repas par jour constitué de brocolis et de yaourt, le jeune homme tombe doucement dans l'anorexie.

«Une vraie addiction»

Sébastien Riccard raconte s'être senti seul dans cette situation. «Un homme anorexique, c'est bizarre. Un homme, ça doit être fort, porter sa famille...» Le jeune Fribourgeois, qui vit alors à Lausanne, est pris en charge par le Centre vaudois anorexie boulimie. Celui-ci dispose d'un espace pour les consultations ambulatoires au Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV) et d'une unité d'hospitalisation à Pompaples. «Les soignants ne se sont pas fiés à mon poids, mais à ma perte de poids. J'étais passé de 100 à 50 kg.» Finalement, Sébastien Riccard est hospitalisé à Pompaples, mais le chiffre sur la balance ne remonte pas suffisamment selon son «contrat de poids» et il est contraint de repartir.

Commence alors une longue valse de séjours à l'hôpital et de sorties, de kilos repris et perdus. «On entend souvent à propos des anorexiques: tu n'as qu'à manger! Mais ce n'est pas si simple. C'est une vraie addiction. Encore maintenant je suis étonné de ce que la tête est capable de faire et de ce que le corps est capable d'endurer.»

Finalement, Sébastien Riccard en vient à ne plus s'alimenter du tout. Il est hospitalisé d'urgence à l'Hôpital fribourgeois. «Même à ce moment-là, alors que j'étais au plus mal, je trouvais



Après des années difficiles, Sébastien Riccard se projette désormais dans l'avenir et souhaite témoigner de son vécu pour peut-être être utile à d'autres. Charly Rappo

encore des combines pour cacher mes repas, trafiquer la sonde.» Malgré l'illusion de contrôle, le jeune homme n'est plus vraiment maître de sa vie. Son état empire encore, son corps commence à protester contre les carences, ses organes regimment.

Un nouveau réseau d'aide

La situation est grave, le Fribourgeois passe plusieurs semaines aux soins intensifs et doit ingérer sept repas par jour. Il est en plus nourri par le biais d'une sonde. Après cette énième hospitalisation, Sébastien Riccard se retrouve chez ses parents. Toute la famille est démunie face à la situation: le jeune homme ne veut plus aller à l'hôpital de jour du Centre vaudois anorexie boulimie, ses méthodes ne lui ayant pas vraiment convenu jusque-là. Il organise alors autour de lui un réseau d'aide composé d'une psychologue, d'un diététicien du centre de traitement ambulatoire des troubles du comportement alimentaire à Fribourg Ceptade et de son médecin traitant.

«Aujourd'hui, je vois l'avenir alors qu'avant, je ne voyais que la balance»

Sébastien Riccard

«Depuis deux ans que je suis sorti de l'hôpital, j'ai pris 20 kg, des kilos que j'accepte. Nous sommes allés à mon rythme, nous avons fait avec mes difficultés. Je sais que ce sera toujours une fragilité, comme quelqu'un qui est sorti d'une dépendance. Mais aujourd'hui, je vois l'avenir alors qu'avant, je ne voyais que la balance.» Récemment, Sébastien Riccard s'est prêté à une séance photo, pour voir son corps. «Je sais que je dois encore prendre du poids. Mais, pour la première fois, je ne me suis pas critiqué en voyant les images.»

Avançant sur son nouveau chemin, le Fribourgeois est même allé jusqu'à accepter la publication d'une de ses photos sur le compte Instagram d'un diététicien français. L'image était assortie d'un bref texte sur son témoignage qu'il conclut par: «Dans la vie, tout est possible mais n'attend pas un déclic qui ne viendra peut-être pas. Provoque-le.» Cette publication est commentée par plus de 200 personnes et «likée» plus de 5600 fois, certains remercient Sébastien Riccard de briser un tabou, d'autres louent son courage. Des réponses positives et pleines de bienveillance qui accompagnent le Fribourgeois dans sa nouvelle vie. «Au début j'avais peur, maintenant je suis fier.» »