Zeitschrift: Magazine aide et soins à domicile : revue spécialisée de l'Association suisse des services d'aide et de soins à domicile

Herausgeber: Spitex Verband Schweiz

Band: - (2014)

Heft: 3

Artikel: Une bonne prise sur l'existence

Autor: King, Sarah

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-852991

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 01.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Une bonne prise sur l'existence

Margrit Vetter-Fankhauser, directrice remplaçante de l'antenne d'Eggiwil, est une «tête couronnée». Photo: Sarah King

Dans la sciure, elle met les gens sur le dos et au travail, elle les aide à se mettre debout. Margrit Vetter-Fankhauser, reine de la lutte suisse, sait comment déployer ses forces.

«Allez, on y va!» Un seul appel et les jeunes lutteuses se rassemblent autour de Margrit Vetter. Sage position, d'ailleurs, car la reine de la lutte est championne lorsqu'il s'agit de s'agripper à la culotte de l'adversaire. A l'entraînement du lundi soir, elle montre comment faire. Elle enlace sa partenaire et – avant même qu'on ait le temps de dire ouf – la flanque à plat sur le sol. Se sont simplement enchaînés quelques mouvements rapides et incompréhensibles pour les non initiés. Margrit Vetter tend la main à la perdante et essuie gentiment la sciure que celle-ci a sur le dos.

L'automne dernier a apporté à la lutteuse de 28 ans deux joies simultanées: elle s'est mariée avec Franz Vetter et quelques jours plus tard, est devenue reine de la lutte suisse. «Quelle période festive!» se souvient la jeune femme. Elle a remporté le titre helvétique à force de travail et d'endurance. Originaire de l'Emmental, Margrit Vetter occupe les ronds de sciure depuis l'enfance et additionne les victoires les unes après les autres. Plus de 40 couronnes en treize ans! C'est sa manière à elle de perpétuer une tradition familiale: son père, son oncle, son frère et sa sœur – tous ont été lutteurs et ont porté le titre de Kranzschwinger, sa sœur même à deux reprises.

Faire le poids face aux hommes

On ne peut pas fier uniquement aux gènes: Margrit Vetter doit son succès à sa ténacité. Deux fois par semaine, elle se rend au Club de lutte de Thoune. Pour l'endurance et la force, elle s'entraîne chez elle à Escholzmatt. Sa recette: des flocons d'avoine, de la viande de veau et une bonne portion de volonté. Au début de sa carrière sportive, elle devait faire preuve de résistance lorsqu'elle s'entraînait avec des hommes. «Au début, ça a été dur. Il n'y avait simplement aucune chance. J'ai plusieurs fois songé à abandonner.» Mais depuis qu'elle est mieux entraînée et plus robuste, elle peut tenir bon face à certains partenaires masculins. Sa stature musclée ne laisse d'ailleurs pas de doute là-dessus. Margrit Vetter amène le sujet du poids idéal dans la lutte suisse. «Pour que cela demande un peu d'endurance à l'adversaire, il est raisonnable de peser plus de 60 kg. Cela dit, le poids ne fait pas tout. C'est surtout une question de technique.»

Son métier: les soins à domicile!

De la force et de la technique, voilà ce que Margrit Vetter applique également dans sa vie professionnelle. Elle est as-

sistante en soins et santé communautaire à 70 % pour l'organisation Spitex Région Emmental, et depuis octobre dernier, directrice remplaçante de l'antenne d'Eggiwil. Son physique très tonique l'aide dans son travail.

«Je ne suis pas sujette aux douleurs dorsales.» Une musculature qui protège des surcharges et d'une manière générale, une excellente santé: Margrit Vetter a derrière elle treize années de carrière sans blessures. «Touchons du bois!» s'exclame-t-elle en se frappant la tête.

«Au début, ça a été dur.»

Attention à l'autre

A sa connaissance, elle n'a jamais blessé qui que ce soit. «La pratique de la lutte suisse exige le respect de certaines règles», explique-t-elle. On ne peut pas frapper, mordre, étrangler ou presser sur les articulations. «Et nous les femmes, avons tendance à faire attention à l'autre.»

Etant donné que le couple Vetter a des projets de descendance, Margrit Vetter sait que le temps de la lutte sera bientôt révolu. Sur ce point, c'est plus facile pour les hommes, estime-t-elle. A priori, la naissance d'un enfant ne devrait pas l'empêcher d'être lutteuse. Il s'agirait tout au plus, comme chez ses consœurs, de passer au minimum une saison. «Moi, j'arrêterai. Franz et moi en avons décidé ainsi. Cela dit, il comprend et me donne encore une saison pour défendre mon titre de reine.» Cette fin annoncée de son hobby, Margrit Vetter en parle d'une façon détendue. Après tout, sortis du rond de sciure, les défis ne manquent pas pour elle: son rôle de soignante, le travail à la ferme, et une seconde passion, les chevaux, lui assurent une vie bien remplie. Mais pour l'instant, Margrit Vetter se trouve encore entourée de son groupe de lutteuses. Ensemble, elles discutent du logo qui doit figurer sur les nouveaux blousons d'entraînement. Pas besoin d'aller chercher bien loin: pour la force des Bernoises, ce sera un ours.

Sarah King

LA NOUVELLE FIAT 500L LIVING
PLUS D'ESPACE ET PLUS DE STYLE POUR PLUS DE VIE.

Fiat avec EXPO MILANO 2015

CLIMATISATION

JUSQU'À 1704 LITRES DE VOLUME DE COFFRE À BAGAGES

JUSQU'À 7 PLACES (5+2)

3 ans Garantie Kilométrage illimité

FIAT

Fiat 500L Living 0.9 TwinAir Pop Star, 105 ch, 112 g/km de CO_2, 4,8 l/100 km, catégorie de rendement énergétique: B, moyenne des émissions de CO_2 de tous les véhicules neufs immatriculés en Suisse: 148 g/km.

fiat.ch