

## **Odile Hochard, non-voyante, participera à la Panoramique du Mont des Cats**

**«Faire des choses comme tout le monde» -**



Odile Hochard, ici avec son guide dans le désert marocain.

Odile Hochard est une habitante de Thionville (Moselle), âgée de 55 ans. Elle est victime depuis son plus jeune âge d'une maladie congénitale, une rétinite pigmentaire.

Malgré tout, elle pratique passionnément la course à pied, et avec succès. Le 8 juillet, elle sera sur la ligne de départ de la Panoramique du Mont des Cats.

Odile, à quel âge êtes-vous devenue non-voyante ? « Toute petite. Déjà l'école primaire, je voyais très mal. Je n'ai pas eu la chance d'aller dans une structure spécialisée pour apprendre le braille ; aujourd'hui, des déficients visuels ont cette possibilité. Cette maladie m'a très vite mise dans le noir. Moi, c'est à l'âge de 30 ans que je suis née, que j'ai dit "non, je ne vais pas rester chez moi, je veux bouger". Je me suis ouverte au monde ! J'ai deux enfants et le jour où ils sont partis faire des études, j'ai commencé à vivre ma passion du sport. J'ai commencé à faire de la gym vers mes 30-32 ans, puis je me suis mis au tandem en 1990. Puis les choses se sont enchaînées, au point de devenir championne de France de tandem en 1996... et là, je suis à la 11e année de course à pied. » Comment vous êtes-vous mise à la course ? « Pour moi, c'est une très bonne communication pour les autres déficients visuels.

J'avais un chien guide, je me promenais avec lui, et j'allais souvent sur les berges et j'entendais les gens courir. En tandem, on est piloté, on pédale. La course à pied, c'est un effort beaucoup plus personnel, on doit gérer beaucoup de choses même si on est guidé. On est au sol, il n'y a pas de paramètres comme en tandem. J'ai dit à mon chien qu'il allait courir, il a compris, et s'est mis à courir ! Puis, en l'espace de trois mois, je commençais à faire 5-6 km en 2001 grâce à d'autres personnes, ça été très vite. Un an plus tard, je faisais déjà mon premier marathon... » Vous courez avec gens « valides » ? « Oui, on est relié au poignet par un lien. Ça me donne la distance avec lui. Après, pour des trails ou des marathons des sables, c'est totalement différent. Il faut s'accrocher au coude, au sac à dos, et beaucoup plus communiquer pour les obstacles.

Même si le moment de fatigue n'arrive pas au même moment... » Pour vous, s'il y a un message à faire passer, il serait de dire que l'on peut courir même avec un handicap ? « Totalement, oui. Pour moi, cela a été une très grande découverte. Sur les berges de la Moselle, il fait beau, on entend ces personnes qui font leur activité sur l'eau, on a le soleil... je me crois en vacances tous les jours moi ! (rires) Ça donne de très bonnes sensations. Courir le long d'un fleuve ou dans les chemins de forêt, il y a à chaque fois d'autres sensations, d'autres odeurs. Et courir 1 h-1 h 30, cela apporte quelque chose dans la journée... » Quelles courses vous ont-elles le plus marquée ? « Il y en a beaucoup ! J'ai eu l'occasion de faire le marathon de Tahiti, j'ai vraiment aimé tous ces gens avec leur accent qui encourage ! En avril, j'ai fait les 100 km en Dordogne, un très beau souvenir... Un autre marathon qui

m'a marqué est celui de Jérusalem. » Comment la rencontre avec Ignace Cardinael s'est-elle faite ? « Je connais la famille Boidin. Patrick, mal voyant, m'avait dit que la Pano reversait des dons à des associations. On m'avait demandé si je n'avais pas un book à proposer pour que la demande de Rétina soit retenue. Du coup, ils veulent absolument que je sois là. C'est un honneur pour moi, je viendrais avec plaisir y participer. Tout ce qu'on peut faire, il faut le faire. Chacun prône pour sa peine... » C'est la première fois que vous participerez à la Pano ? « Oui. En mai, j'avais participé au rassemblement de tandems à Dunkerque et on m'avait dit que je serai reçue par Ignace au Mont des Cats, car on était cinquante tandems à gravir le mont. En arrivant, il est venu vers moi pour me dire qu'il était content de me connaître et qu'il m'attendait le 8 juillet pour la course. » Vous aviez déjà entendu parlé de cette Pano ? « Non, pas du tout. C'est une première, ce sera l'occasion de la découvrir... » On vous a informé du parcours, et de ses ascensions ? « On m'a dit "tu descendras, mais tu devras remonter" ! On m'a dit que ça montait bien. Ça me fait pas peur, non. Car 15 km, c'est une distance assimilée. Après, si c'est très raid, on ralentit, ou on marche. Je ne vais pas être très performante mais moi, dans la tête, l'important est de participer. Peut-être que le samedi, je ferais le parcours en voiture ou en tandem. » Comment ça va se passer, pour vous, techniquement ce dimanche-là ? « Je serai accompagnée par Hubert. Il va me dire "à 100 m il y a une courbe à droite, etc". Je me laisse guider, et suis très attentive aux propos du guide. » Quelles sont vos attentes de cette manifestation ? « Tout d'abord la réussite pour tout le monde et pour cette course. Ensuite, que les déficients visuels sachent que malgré un handicap on peut participer à des événements, prendre plaisir à être présent avec tout le monde, et faire des choses comme tout le monde. »

PROPOS RECUEILLIS PAR Thomas pruvost



#### **Les mots du président, Ignace Cardinael**

Pour le président du Courir au Mont des Cats, « c'est tout à fait normal » que Odile Hochard soit l'invitée d'honneur de la Pano 2012, étant donné que les bénéficiaires iront à Rétina. De plus, « elle est non voyante et sportive de haut niveau, avec un palmarès impressionnant ». Cette Pano sera, pour lui, l'occasion d'aider « ceux qui ont eu beaucoup moins de chance, à qui la vie a joué un bien mauvais tour »...

C'est la première fois que la Panoramique accueille une athlète non-voyante, parmi les autres coureurs « valides ». « Cela ne peut inspirer que de l'admiration, commente-t-il. Mais à chaque fois, c'est pareil. Quand on organise une Panoramique, c'est le mariage entre le sport, les gens bien portants et le handicap. » Quant à son palmarès, Ignace Cardinael est impressionné : « c'est tout simplement prodigieux ! ».

#### **Palmarès de Odile**

En l'espace de 10 ans, Odile Hochard a parcouru 22 marathons : 7 fois à Paris, 7 fois à La Rochelle, au Luxembourg, à Marne et Gondoire (région parisienne), le marathon du Beaujolais, du Médoc, à Metz, à Millau, à Tahiti et à Jérusalem. Elle a également participé à 5 épreuves de 100 km (2 fois à Millau, 2 fois en Sologne, 1 fois dans le Périgord), à 3 marathons des sables (250 km en autosuffisance dans le désert marocain) et un « 24 heures » avec à la fin 140 kms parcourus. Mais Odile dit ne pas avoir noté toutes ses courses...