

HERVE • Conférence ce jeudi à Battice

## Jacques Gauthier, « sauvé » grâce au stretching

Condamné à la chaise roulante, le Québécois Jacques Gauthier s'est remis sur pied grâce au stretching. Il parcourt le monde pour parler de sa méthode.



Jacques Gauthier en visite à Verviers, après avoir parcouru l'Amérique du nord à pied et avant... Battice. L 558184

À 66 ANS, le Québécois Jacques Gauthier se porte comme un charme. Il vient d'ailleurs de terminer un tour des USA à pied : 9 000 km couverts 11 mois et demi, c'est-à-dire 20 millions de pas ! Un exploit impressionnant, d'autant plus que voici 25 ans, on le disait condamné à la chaise roulante. Depuis sa guérison « miraculeuse », il parcourt le monde pour parler de son aventure. Il sera d'ailleurs à Battice ce jeudi soir, pour convaincre des bienfaits de la technique qui l'a remis sur pied : le stretching.

À l'âge de 40 ans, sa main gauche commence à être paralysée. Une étrange maladie qui progresse jusqu'à envahir tout son bras gauche puis à s'attaquer à ses pieds et à sa main droite. On lui annonce que la tétraplégie (quadruplégie dit-on au Québec) est inéluctable.

Pour soulager les douleurs provoquées par cette étrange maladie qui attaque son système nerveux, on lui prescrit de la cortisone. Qui provoque comme effets secondaires une ostéoporose et une perte de 33 % de sa masse osseuse. Il décide alors de cesser de prendre ces médicaments qui provoquent des effets secondaires, mais sans sevrage progressif de la cortisone, c'est l'arthrite qui

envahit son corps de la tête aux pieds. Jacques Gauthier est maintenant incapable de bouger ne fut-ce que le petit doigt sans douleur.

« Puis j'ai entendu parler d'un rebouteux, Pierre Crozier, qui avait un certain succès. Je suis resté trois semaines avec lui, où il m'a appris quelques exercices de stretching à réaliser. Quand je suis parti de chez

lui, j'avais récupéré 50 % de ma mobilité ! »

À raison de 2 à 4 heures d'exercices par jour pendant 6 mois, il récupère toute sa mobilité et même la masse osseuse perdue ! Il décide par conséquent de témoigner des bienfaits de la méthode qu'il a découverte.

Pour frapper les esprits, il commence par réaliser un tour

du Québec à pieds (1 800 km), puis un tour du Canada (6 500 km) et enfin un tour des USA l'an passé (9 000 km). Pas mal pour quelqu'un condamné à la chaise roulante !

Thérapeutique, le stretching

« J'ai découvert qu'il y avait un côté anti-inflammatoire au stretching, qui est très peu connu du grand public. Si les sportifs pratiquent le stretching pour éviter les blessures, on a oublié sa valeur thérapeutique. J'ai combiné trois techniques : l'exercice d'étirement, son maintien pendant 30 secondes et un travail sur la respiration, ce qui permet d'obtenir une action anti-inflammatoire. »

Tout cela, il l'a expliqué dans une cassette vidéo (recommandée d'ailleurs à leurs patients par deux hôpitaux de Montréal) reprenant 15 exercices, qui permettent de solliciter 95 % des muscles du corps. Une technique éprouvée qui, selon lui, a permis à des dizaines de milliers de personnes de se sentir mieux.

B.B.

❶ Jacques Gauthier donnera une conférence ce jeudi 20 octobre à 20 h 30, au cercle Saint-Vincent à Battice.

PLOMBIÈRES • Anniversaire

## L'ACIH fête ses 20 ans

VOILÀ vingt ans qu'une section de l'ACIH (Association chrétienne des invalides et des handicapés) voyait le jour à Plombières. Un anniversaire fêté ce samedi 15 octobre, au cours d'un



Les responsables de l'ACIH réunis autour de leur président. L 558181

HERVE • Association des commerçants

## Herve Commerce à la fête

C'EST à Bruyères que l'association des commerçants hervien, Herve Commerce, a organisé son souper annuel. L'occasion pour une centaine de fêtards (jusqu'à 6 heures du matin) d'abor-



Les chevilles ouvrières d'Herve Commerce. L 558177

der plusieurs sujets les concernant : la braderie, les décorations de Noël qui devraient être bientôt changées, le placement d'une signalétique, le sort préoccupant du marché hebdomadaire...

infos SERVICES AUJOURD'HUI

### AGENDA

**HERVE**  
**Visite du Parlement Fédéral**  
Manifestation de la « Besace » ASBL, section Verviers.  
Rendez-vous devant la Maison du Tourisme dès 9 h 45. Prix : 10 €.  
❶ Rés. : 0486/16 59 18 (Elisabeth Guillaume).

**Exposition « Marie-José Sacré »**  
Maison du Tourisme du Pays de Herve, jusqu'au di 23/10, tous les jours, sauf le lundi, de 9 h à 18 h.  
❶ 087/69 36 70.  
info@paysdeherve.be  
www.paysdeherve.be

**WELKENRAEDT**  
**Exposition d'ouvrages sur le thème du temps**  
À la Bibliothèque communale.

### DÉPISTAGE DU CANCER

**WELKENRAEDT**  
Rue Brecht, 1, l'avant-midi, pour les femmes.

### PHARMACIES DE GARDE

**Marquet**, Bergstrasse, 19 à Eupen 087/74 24 21  
**Stassen**, rue Roosevelt, 17 à Herve 087/67 40 48  
**Gabriel**, rue du Chemin de Fer, 64 à Plombières 087/78 84 07

### EN BREF

#### HERVE

##### Portes ouvertes au CPAS

Les samedi 22 et dimanche 23 octobre, le CPAS de Herve situé rue du Marché, 12 à Herve, ouvrira ses portes au public, de 14 h à 18 h. Le visiteur recevra une feuille de route reprenant une situation fictive, similaire à celle que l'on rencontre sur le terrain. Il se trouvera dans la peau d'une personne en demande d'aide du CPAS et il rencontrera les assistantes sociales en charge de ces difficultés. Les visiteurs seront ensuite invités à rencontrer, autour d'un verre, les travailleurs sociaux et les conseillers de l'action sociale pour échanger à chaud leurs impressions suite à leur expérience.

❶ 087/67 59 47.

## Province de Liège

LIÈGE • Bilan de la vente publique de la Horse Parade

## Où se cachent les chevaux liégeois ?

La vente aux enchères des chevaux de la Horse Parade est un succès. Un regret toutefois : seule une pièce liégeoise a été proposée au public.



Seuls 48 des 175 chevaux ont été mis en vente sur le site internet e-Bay. Les 15 pièces ayant remporté le plus de succès seront remises aux enchères prochainement. Pas de Liégeois sur la ligne de départ. Geerts

pour eux. Ainsi, le « Cheval de traite » d'André Stas et « Ninaye » du Capitaine Longchamps ont trouvé un box auprès de l'AIDE, l'intercommunale pour l'épuration des eaux liégeoises. « Emmène-moi » de Bruno Le Boulengé est « en standby à l'Échevinat de l'Environnement », comme on l'annonce du côté des organisateurs liégeois et « Moses » d'Angèle Béatove est retourné au Groupe Herstal.

En fin de compte, la Horse Parade, en visite à Liège du 15 au 31 juillet, se sera présentée comme une belle vitrine pour les entreprises et les mécènes

### L'artiste aurait préféré la vente

Philippe Waxweiler est déçu. Son cheval bleu étoilé n'a pas été proposé aux enchères. De son petit nom « La Tête dans les étoiles », l'œuvre du Liégeois est retournée auprès de ses propriétaires originels, la société Pharmadeal.

« Tout le monde m'en parle, mais la société n'a pas voulu le mettre aux enchères. Je trouve que c'est vraiment dommage mais je peux les comprendre. » L'artiste insiste : « À mon avis, ils auraient fait un coup plus médiatique s'ils avaient mis le cheval en vente sur internet ! »

Quoi qu'il en soit, « La Tête dans les étoiles » trône à présent sur la devanture de Pharmadeal à Eghezée. « C'est là qu'il finira ses jours », ajoute-t-il mélancolique.



belges en général et liégeois en particulier. L'exposition aura touché un public important via une visibilité tout aussi conséquente. Un gros coup de pub, largement médiatisé et finalement peu coûteux vu l'impact obtenu.

Que regretter le plus, au final ? Que les bienfaiteurs de la première heure ne soient plus ceux de la seconde ou que la pièce ayant remporté le plus vif succès lors de la vente aux enchères ne soit pas un cheval mais... une vache exposée en souvenir de la Cow Parade 2 003 ?

Julie DOHET

### EN BREF

#### VISÉ

##### « Oscar »

Qui n'a pas vu à la télévision, le film « Oscar » avec Louis de Funès ? Film ou plus précisément, pièce filmée, puisque ce film est avant tout une pièce de théâtre de Claude Magnier, monument du vaudeville, écrite il y a juste 50 ans et qui est devenue un classique du genre. Les représentations auront lieu en la salle des Tréteaux, les vendredi 28, samedi 29 et dimanche 30 octobre et les dimanches 23 et 30 octobre à 17 h 30. PAF : 6 €.

❶ Les réservations se font en téléphonant au 04/374 85 50.

#### LIÈGE

##### « Vas-y ! Courts ! »

Des courts métrages de fiction 100 % belges seront présentés le samedi 22 octobre au théâtre de la Mezza Luna dès 20 h 15. Ouverture des portes dès 19 h. Attention : fermeture des portes dès le début de la séance ! Entrée à prix unique : 5 €, sauf Article 27 : 1,25 €. Possibilité de restauration sur réservation avant le 21 octobre : 5 €.

❶ 04/222 03 60

##### « Sous les jupes des filles »

Le Moderne, rue Sainte-Walburge 1 à Liège, accueillera les 3, 4 et 5 novembre à 20 h 30, David Schieper et Vincent Burgio, mieux connu sous le pseudonyme « Les Envahisseurs ». Ce duo humoristique, apprécié des Liégeois pour ses spectacles d'improvisation et ses sketches, présente sa création théâtrale « Sous les jupes des filles ». Après le succès rencontré au Trocadero de Liège, ils remettent le couvert en donnant au public un texte hilarant, plein de tendresse et de folie. Le droit d'entrée est fixé à 13 €, 10 € en prévente et 8 € pour les étudiants.

❶ Il est prudent de réserver ses places au 04/225 13 14.

### CAP 48

2250 €

Au rang des autres pièces liégeoises mises en vente aux enchères récemment et ayant remporté un franc succès, on trouve la vareuse du footballeur portugais Sergio Conceicao. La vareuse 7 du Standard de Liège a été vendue pour un montant de 1 500 € dans le cadre de l'Opération Cap 48. C'est un passionné originaire de la région durbuyenne qui a acquis la pièce. La vareuse de Mbo Mpenza, autre joueur bien connu des Liégeois, a été vendue 500 €. Celle de Gaëtan Englebert, Waremien d'origine formé à Liège, a trouvé acquéreur pour 250 €.

### TOP 3

21 820 €

- 9 200 € pour la vache « Good Luck », réalisée par Marie-Rose Warzée et sponsorisée par Art on Cows.
- « The Queen », le cheval décoré par Antoine Pinto, a été acheté 6 500 €.
- « A Heart for Belgium » de Tia Jourdan, a été vendu 6 120 €.

Ces trois pièces de collection ont été achetées par des privés mais elles ne leur appartiennent pas encore.