



La Leading European Newspaper Alliance a donné son nom à LÉNA. Il s'agit d'un partenariat unique entre huit journaux européens dont *Le Soir* est membre fondateur.

### EL PAÍS

Fondé en 1976, c'est le plus grand quotidien espagnol. Son site internet est le plus important site d'information en espagnol du monde.

### DIE WELT

Le journal berlinois, réputé pour son sérieux et sa ligne conservatrice, est l'un des plus anciens d'Allemagne. C'est le porte-étendard du groupe Axel Springer.

### la Repubblica

Fondé en 1976 par une sommité du journalisme italien, Eugenio Scalfari, le journal romain s'affiche comme progressiste. Longtemps géré par la famille de Carlo De Benedetti, il fait désormais partie du groupe Agnelli.

### LE FIGARO

Il s'agit du plus vieux quotidien français (1826) encore publié. Sa ligne éditoriale est de droite libérale.

### GAZETA wyborcza

Le journal polonais est le dernier arrivé dans Léna. Fondé en 1989 par Adam Michnik, il est profondément démocrate et pro-européen.

### Tribune de Genève

Grand titre de la place genevoise, la *Tribune de Genève* a été fondée en 1879 pour la Suisse francophone.

### Tages-Anzeiger

Le *Tages-Anzeiger* est un journal suisse germanophone de la région de Zurich, qui a longtemps été le quotidien le plus tiré du pays.

### LE SOIR

Quotidien belge francophone, il a été fondé en 1887 et porte depuis une longue tradition d'indépendance.

# Les commotions cérébrales, ce mal **invisible** qui hante les cerveaux

La prévention et le traitement des commotions cérébrales dans le sport ont progressé au fil des années. Voyage aux racines du mal.

## Tribune de Genève

REPORTAGE  
REBECCA GARCIA

Les ballons de football et les maillots de hockey sur glace décorent la pièce aux côtés des maquettes réalistes de cervelles humaines et d'oreilles. « Notre cerveau est notre centre de contrôle et coordonne, planifie et exécute toutes nos actions », explique Nina Feddermann, neurologue. « Une commotion cérébrale est parfois difficile à diagnostiquer, car les patients se présentent généralement avec plusieurs symptômes ou différents troubles fonctionnels. »

La responsable du Concussion Center et des neurosciences du sport de l'Université de Zurich a déjà vu dans son bureau les troubles les plus divers : des maux de tête de type migraineux aux difficultés à se concentrer sur des informations visuelles, en passant par des troubles de l'équilibre. « Il y a des gens dont la vie est fortement perturbée par leur commotion », dit-elle d'un ton réfléchi. Et ce ne sont pas seulement les joueurs de hockey sur glace dont la tête a été violemment projetée contre la bande.

**A quand le retour à la vie normale ?**  
Ce jour-là, Joline Erni suit sa thérapie. Cette joueuse de handball a subi deux gros chocs à la tête en l'espace de quelques mois. Assez pour chambouler



Le 14 octobre 2006, Petr Cech se fracture le crâne lors d'une collision contre un joueur adverse. Le gardien tchèque sort de l'hôpital une dizaine de jours plus tard, mais doit rester hors des terrains durant plusieurs mois pour ne pas risquer un deuxième choc qui pourrait lui être fatal. Le 20 janvier 2007, il reprend la compétition contre Liverpool. Casqué. © DANIEL HAMBURY/PHOTO NEWS.

## en Belgique Gilles Cornet, rugbyman : « On ne laisse plus la place

VALENTINE PASQUE (ST.)

Maux invisibles, les commotions cérébrales impactent la pratique sportive de nombreux athlètes. Elles préoccupent tout particulièrement les sportifs qui évoluent dans un sport de contact, comme le rugby, où les chocs sont violents et fréquents. Gilles Cornet, joueur en équipe première au Boitsfort Rugby Club et kinésithérapeute, n'est pas une exception. Le sportif a souffert d'une douzaine de commotions depuis le début de sa carrière, à l'âge de 5 ans. De multiples traumatismes qui ont forcé le rugbyman à prendre une pause.

« J'ai commencé à avoir des périodes durant lesquelles j'avais mal à la tête pendant trois jours d'affilée », explique Gilles Cornet. « J'étais obligé de me mettre dans le noir. La goutte d'eau qui a fait déborder le vase, c'est un matin, alors que je me préparais un café, où je me suis rendu compte que ma main tremblait. Je n'arrivais pas à maîtriser ce tremblement. Je me suis dit : j'ai 24 ans et je ne parviens pas à me servir un café. A ce moment-là, j'ai pris la décision, avec ma femme qui est kiné également, de mettre ma carrière de rugbyman entre parenthèses. Pendant deux ans, je n'ai plus fait de rugby, ni aucun autre sport. En 2021, je



**Gilles Cornet (à l'avant-plan) : depuis ses commotions cérébrales à répétition, le rugbyman, comme certains autres, joue casqué.**

© ADÉLAÏDE DUPUIS.

suis revenu dans mon club, j'ai repris le sport, mais de façon peut-être plus intelligente et mature, avec une meilleure écoute de mon corps. »

Le sportif estime que pour éviter des cas comme le sien, il serait judicieux d'effectuer davantage de prévention auprès des plus jeunes : « Il faudrait commencer à travailler sur les muscles de la nuque et la technique de plaquage dès l'école de rugby. Il faut que les jeunes joueurs puissent comprendre qu'ils doivent absolument placer leur tête correctement. C'est un mélange entre la technique et le physique. »

### « C'est comme une glissade sur une peau de banane »

Si le joueur met l'accent sur le renforcement musculaire, ce n'est pas sans raison : il s'agit pour lui d'une étape cruciale pour prévenir les commotions : « Il faut se figurer une glissade sur une peau de banane : vous tombez en arrière et votre tête vient frapper le sol. Maintenant, imaginons qu'un joueur vous plaque : ce joueur, c'est la peau de banane. Le but, c'est que votre tête ne parte pas en arrière. C'est la raison pour laquelle on va travailler le renforcement des muscles du cou, pour faire en sorte d'avoir une espèce de minerve musculaire. »

La prévention s'avère d'autant plus