

« Ce sport m’a sauvé et m’a sorti de la drogue » : la pétanque, cette thérapie inattendue

Aux confins du sport santé et de l’insertion sociale, une association francilienne développe depuis deux ans des ateliers de pétanque à destination des plus vulnérables. Le temps d’une journée, nous avons suivi son responsable, Yann Rousval.



Chaque vendredi après-midi, un tournoi intitulé le challenge des altérités est organisé au boudrome de la rue Télégraphe dans le XXe arrondissement de Paris. DR/Au devant de la boule

Par Cyril Simon

Avant qu’on la surnomme « La Dangereuse », Dios ne sortait pas de sa chambre ou presque. Ses seuls moments à l’extérieur de l’Hélianthe, ce centre d’hébergement situé dans le XIXe arrondissement de Paris, se résumaient à ses impératifs à l’hôpital. Maintenant, ses yeux noirs intimidants et son air faussement sévère en font rire plus d’un. Deux fois par semaine, cette femme de 43 ans joue à la pétanque et respire.

« À force de rester au foyer sans rien faire, à attendre le traitement, un jour j'ai décidé de venir. Au début, c'était une distraction pour passer le temps. Mais maintenant, c'est comme un sport, souffle cette ancienne championne de sprint depuis [le boulodrome de la rue du Télégraphe](#). Même si tu n'aimes pas la pétanque, tu vas aimer venir ici. Il y a une bonne ambiance et on ne parle pas des problèmes du quotidien ».

Yann Rousval veille au grain dans son polo blanc siglé [aux couleurs de la Fédération française](#). C'est l'heure de la pause fraîcheur et de la distribution de sodas en cette après-midi caniculaire de juin. À 47 ans, il est le visage passionné et passionnant de l'association *Au-devant de la boule*, collectif pionnier de la pétanque au service du sport santé. Après une première vie universitaire dans la sociologie, ce psychologue social et éducateur sportif marie depuis juillet 2020 ses compétences avec sa passion pour les boules. « C'est difficile de sortir des clichés sur le bouliste », dit-il. Mais à l'écouter distiller ses conseils sur les subtilités du pointage entre un terrain sablonneux ou gravillonneux, tout semble quand même possible.

« Reprendre possession de leur corps et gagner en estime de soi »

Il intervient deux fois par semaine auprès des résidents de l'Hélianthe. Tous ici se battent contre des pathologies lourdes. Des cancers et des insuffisances rénales principalement. À l'Hôtel-Dieu (IVe arrondissement), où il officie également, il vient en aide à d'autres profils comme des personnes en dépression ou balayées par un Covid long.

Par chance, Dios est aujourd'hui dans un bon jour. En 2019, elle quittait le Mali et ses trois enfants pour venir se soigner en France. Sa pudeur l'empêche de citer le nom de son affection. Tout juste confie-t-elle que certains jours, la fatigue l'empêche de sortir de sa chambre. Ces ateliers pétanque avec ses compagnons d'infortune sont autant d'occasions de se détendre et de prendre confiance. « On dit que je suis la meilleure à la pétanque. Cela me plaît qu'on dise ça », dit-elle avec fierté et malice.

« On les aide à reprendre possession de leur corps et à gagner en estime de soi sans forcément fatiguer les plus faibles, reprend Yann. Vous verriez comment leurs yeux s'illuminent quand ils réussissent à tirer leurs premières boules, c'est formidable. »

Un travail de réinsertion avec d'anciens prisonniers

Comme dans n'importe quel boulodrome, les instants de silence et de concentration concurrencent les moments de chambrage. À ce jeu-là, la pipelette Sam n'a pas d'égal. « On métamorphose le stress et l'angoisse en rires, en taquineries. C'est un transfert d'énergie, comme on dit en physique ». Cet amateur de sciences et diplômé en cryptographie doit encaisser cinq voire six séances de dialyse par semaine. « Avec Yann, j'ai l'impression d'avoir progressé. J'ai appris comment ajuster ma boule, je joue moins à l'instinct ».

Le Centre d'action sociale protestant (CASP) est à l'origine de cette collaboration qu'il décline également avec des prisonniers en aménagement de peine. Teddy et Tony ont été les premiers élèves de Yann ce jeudi. Comme tous les soirs, ils doivent rentrer avant une certaine heure dans leur résidence collective. Au-delà de l'accompagnement pour trouver une formation ou un emploi, [des activités comme la pétanque](#) leur sont proposées. « C'est bien, ça nous permet de faire connaissance avec les éducatrices et de voir des gens autres que nos proches », affirme le premier, qui vient de passer huit ans à Liancourt et cherche à passer une formation de chauffeur poids lourds.

« Ce n'est pas parce que c'est de la pétanque que ce n'est pas du sport. Nous, on apprend des choses ici », ajoute le second, sorti il y a un mois après « avoir payé sa dette » pendant sept ans.



Yann Rousval (au fond) avec un élève. LP/Cyril Simon

Ce jour-là, ils ne sont que deux à participer aux ateliers organisés [à Aulnay-sous-Bois](#). Yann s'en félicite. « Cela veut dire que les autres sont occupés dans leur démarche professionnelle », sourit-il, un livre à la main, un cadeau à l'un de ses premiers élèves désormais embauché en CDI dans le BTP.

On l'a compris, l'insertion sociale est au cœur de ce projet expérimental unique en France. Mais pour Chokri, plus que de sociabilité, il est question de « miracle ». La drogue dure, l'alcool et les médicaments l'ont terrassé à ses 18 ans lorsqu'il errait à Belleville. Il en a aujourd'hui 55. Le corps voûté, la voix étouffée, il s'applique pour employer les mots à la hauteur de son « amour » pour Yann et pour ce jeu qu'il avait découvert en prison.

« Je pense toujours à ça. Au début, je disais que ça ne servait à rien. Je voulais prendre de la drogue, c'est tout. Puis au bout du 2e jour, le jeu, il est rentré dans ma tête. Comme si j'étais tombé amoureux. Même dans ma chambre, j'y joue avec mes balles de tennis. Je n'aime pas perdre. Ce sport m'a sauvé et m'a sorti de la drogue. C'est un traitement pour les patients. »

Depuis cette rencontre improbable, « il ne touche plus à rien », certifie Yann. L'après-midi d'exercices se termine prématurément en raison des fortes chaleurs. Le temps de ranger le matériel pour l'autodidacte et pour nous, de lui poser une question peut-être indélégante mais inévitable. Quelles sont ces « névroses » qui l'ont lui-même mis à terre à l'aube de la quarantaine et dont il a effleuré l'existence dans la matinée ?

« Une dépression, tout simplement, révèle l'éducateur. Je ne trouvais plus de sens dans mon travail et j'avais développé une phobie sociale. Moi aussi, la pétanque m'a sauvé quelque part. C'est à ce moment-là que je l'ai découverte. C'est bête mais quand on joue, on n'est pas obligé de parler beaucoup. Moi qui avais tendance à me recroqueviller sur moi-même, ça m'a permis de me lancer tranquillement sans peur et de me remettre à échanger. » Se lancer, se relancer, s'approcher du but... Décidément, c'est un jeu qui recèle plus de symboles qu'on ne le croit.