

# Bernard Bonzon

## Le sport a fatigué son cœur, mais lui a aussi sauvé la vie

**BOXE** Ancien professionnel, Bernard Bonzon entraîne désormais des jeunes au sein du BC Martigny. Il a retrouvé les rings après avoir failli perdre la vie, voilà trois ans, à la suite d'un gros souci cardiaque.

PAR CHRISTOPHE.SPAHR@LENOUVELLISTE.CH

### SON ACTU

→ Ancien boxeur professionnel, Bernard Bonzon s'investit désormais auprès des jeunes, à Martigny, après avoir frôlé la mort. Le BC Martigny organise les championnats de Suisse juniors.

«Une tronche.» Le terme émane de Domenico Savoye, président du BC Martigny. Il qualifie le boxeur Bernard Bonzon, un Valdois qui a fait l'essentiel de sa carrière en Valais et qui, aujourd'hui, près de trente ans après avoir rangé les gants, retrouve le milieu en qualité d'entraîneur diplômé pour la boxe olympique et le light contact. A Martigny, toujours. «C'est vrai que je n'avais pas un caractère facile», sourit l'intéressé.



**Avant d'être un entraîneur, je suis un éducateur. Si je peux leur amener le sourire, la partie est gagnée.**

BERNARD BONZON  
ENTRAÎNEUR ET ANCIEN BOXEUR

### Un gros mois d'espérance de vie

Le boxeur ne renie rien. Et ne regrette pas davantage. L'homme, lui, a changé. Parce qu'il a frôlé la mort, que son cœur a failli le lâcher, il s'est dit qu'il n'avait plus de temps à perdre. Et qu'il ne voulait plus s'embêter à rester dans son coin comme un égoïste. «Voilà trois ans, on ne me donnait plus qu'un mois et demi à vivre», révèle-t-il. «J'ai eu un gros problème cardiaque lié, peut-être, à une bactérie ou à un virus. J'aurais dû subir une greffe du cœur. Je me suis alors retrouvé à la SUVA pour préparer cette intervention. Un peu par désespoir, parce que je ne voyais plus d'avenir et que j'allais dans un mur, j'ai redoublé d'énergie à l'entraînement. En résumé, je voulais tester mon cœur. Or, après dix semaines d'une activité aussi intense, un bilan et des tests physiques au CHUV ont révélé que mon cœur avait très bien récupéré. La greffe n'était plus nécessaire. Et depuis, je peux continuer à me dépenser normalement. La vie m'a offert une deuxième chance.» La médecine ne sait pas si le

fait d'avoir pratiqué trop de sport, plus jeune, a usé son cœur et l'a rendu faible. Lui est convaincu que c'est grâce au sport que le cœur a pu récupérer ses facultés. «Le sport m'a fatigué, c'est certain. Mais c'est lui, aujourd'hui, qui m'a sauvé. Il m'a donné la volonté de me battre et de vivre. Au début, en sortant du CHUV, je faisais 300 mètres à pied, j'étais essoufflé. Je portais une veste (ndlr: LifeVest) bourrée d'électrodes prêtes à prévenir un incident cardiaque et à déclencher un choc électrique pour éviter la mort subite. Aujourd'hui, quand on marche, c'est moi qui donne le rythme.»

### Une longue parenthèse sans boxe

Entre ces deux événements, l'arrêt de sa carrière et sa maladie, Bernard Bonzon avait pris ses distances avec la boxe. «J'avais besoin de voir autre chose. J'ai consacré du temps à ma famille; je me suis lancé dans l'immobilier. C'a été une longue parenthèse, c'est vrai, mais j'ai continué à m'entraîner avec des amis.» Depuis quelques mois, ses diplômes en poche, l'ancien professionnel retrouve donc l'odeur de



Bernard Bonzon a retrouvé la salle de Martigny, là où tout avait commencé, quarante-cinq ans plus tôt. HÉLOÏSE MARET

# 30

combats chez les professionnels.

Bernard Bonzon en a gagné 26 entre 1987 et 1994. Deux combats ont été nuls et il a concédé quatre défaites, la dernière en France, face à Frédéric Seillier lors d'un championnat d'Europe des super-moyens.

la salle, la sueur, les poings contre le punching-ball et cette ambiance particulière d'un sport qui sert d'exutoire aux uns, de cadre aux autres. «J'ai commencé par donner des cours dans le cadre du sport facultatif à l'école», se souvient-il. «Ensuite, j'ai fait mes papiers avant de me présenter à Martigny, là où tout avait commencé pour moi. J'adore ce partage avec les jeunes parce que, avant d'être un entraîneur, je suis un éducateur. Si je peux leur amener le sourire et ce petit frisson, la partie est gagnée. Si je peux les encadrer pour qu'ils évitent de faire des conneries à l'extérieur...»

«J'ai d'autant plus apprécié sa démarche qu'ils sont très rares, les anciens boxeurs, à s'investir auprès des jeunes», constate Domenico Savoye. «Je ne sais pas à quoi ça tient. Ce qu'il fait, c'est admirable. Il a une approche rassurante pour les jeunes.»

### Une histoire dans sa vie

Retour dans une autre vie. A 22 ans, Bernard Bonzon passe (déjà) professionnel. Trente combats plus tard, il s'arrête après un ultime match perdu face à un Français lors d'un championnat d'Europe. «Je savais qu'à moins de gagner par



**J'ai le souvenir d'un boxeur élégant qui, peut-être, aurait pu aller plus loin encore s'il avait eu moins de caractère.**

DOMENICO SAVOYE  
PRÉSIDENT DU BC MARTIGNY

K.O., mes chances seraient faibles. Je l'avais quand même ouvert aux deux arcades... Mais j'étais le petit Suisse face à de gros enjeux. Ce n'est pas grave. La boxe, c'était une histoire dans ma vie, mais ce n'était pas l'histoire de ma vie. La page est tournée depuis longtemps.» «C'était un boxeur intelligent qui n'a pas accepté n'importe quoi de son entourage», relève Domenico Savoye. «J'ai le souvenir d'un boxeur élégant qui, peut-être, aurait pu aller plus loin encore s'il avait eu moins de caractère.»

### Le déclin a pour nom Raynald Iten

A l'époque, lorsque le jeune Chablaisien découvre ce sport,

au hasard d'une retransmission télévisée lors des Jeux olympiques de Montréal en 1976, il est l'un des rares Suisses d'origine à monter sur un ring. «Peut-être qu'on profite de trop de confort, en Suisse», esquisse-t-il. «On n'a pas assez envie d'être reconnu. Je suis arrivé à la boxe parce que je me cherchais; j'avais besoin d'un sport individuel. Je me suis approché de Martigny parce que c'était le club qui comptait le plus de champions nationaux. J'avais 16 ans, j'ai fait la connaissance de Raynald Iten, l'entraîneur. Un personnage. Le déclin de la boxe, c'est lui. Le déclin de ma reconversion, aujourd'hui, c'est mon accident cardiaque.»

### BIO EXPRESS

- **Naissance** le 17 avril 1965 à Aigle
- **Domicile** Yvorne
- **Etat civil** marié à Laurence, deux enfants, Arnaud et Justine
- **Profession** administrateur d'une société active dans l'immobilier, désormais retraité.
- **Palmarès** 30 combats chez les professionnels, membre de l'équipe de Suisse amateurs