

# **PORTRAIT DE SELMA GRIMALDI, LA SARRAZ**



## «Le karaté, une philosophie de vie»

**LA SARRAZ** À l'âge de cinq ans, elle découvre le karaté grâce à son papa qui enseigne ce sport à Zurich et à son maître japonais Matsuura. Elle s'engage dès lors à fond dans cette discipline sportive. Elle multiplie les heures d'entraînement, y trouve du plaisir et elle effectue ses premiers pas dans la compétition.

Au fil des années, ses progrès lui permettent d'intégrer les cadres nationaux. Toute son existence est axée sur le karaté. «Ado, j'étais tota-

lement prise dans ce sport avec des rêves de championnats à l'étranger. Rien d'autre ne comptait pour moi», déclare Selma Grimaldi.

Les résultats suivent: en 2001 à Ottawa, elle obtient la deuxième place aux Jeux de la Francophonie dans la discipline Kata (démonstration de combat contre un ou plusieurs adversaires imaginaires).

Cette médaille d'argent est presque un miracle car quelques mois avant, à cause d'un accident de voiture, Selma subit un violent «coup

du lapin» qui aurait pu avoir des conséquences graves. «J'aurais dû prendre du temps pour me soigner, mais j'avais en vue ces Jeux de la Francophonie ainsi que l'obtention du deuxième Dan. Donc j'ai serré les dents, mis mes bobos de côté, et, après avoir réussi ce que je voulais, j'ai tout lâché. J'étais allée trop loin! Pendant presque huit ans, j'ai pris mes distances avec ce sport, à l'exception d'un stage au Japon constituant pour moi comme une sorte de thérapie.» (suite en p. 10 )



(Suite de la page 09) Au fil du temps, des portes différentes s'ouvrent à Selma: voyages, apprentissage des langues et la prise de conscience que d'autres domaines existent. Cependant, abandonner une passion est un véritable crève-cœur. Alors, sur les conseils de son papa et de son mari, Selma suit les cours de Jeunesse et Sport, elle devient monitrice à Zurich.

Ici, elle crée sa propre école de karaté Goju-Ryu, Ken Shin Kai, située à Orny et qui compte une grosse vingtaine de membres.

Ce nom évoque la force, la volonté, le cœur, le respect, le groupe, la maîtrise de soi, une philosophie de vie, soit les caractéristiques essentielles de cet art martial.

Selma, grâce à son fils, a aussi monté un cours de karaté-gym pour les petits et elle assure également des périodes de sport fac dans le cadre de l'Etablissement scolaire de La Sarraz. Ces diverses activités prouvent sa joie et son besoin de transmettre à son tour tout ce qu'elle a reçu plus jeune.

### Daliah, une fillette ayant besoin de présence

Ses souvenirs d'enfant sont liés aux caractéristiques de la ville, les trams, les trolleys, les voitures, la nécessité de se débrouiller seule pour traverser les rues de Zurich.

Après sa scolarité, Selma opte pour un apprentissage d'employée de commerce, soit une profession calme pour cette jeune femme pleine de pep' et un brin hyper active. «Je ne peux pas rester tranquille, j'ai plein d'idées qui tournent dans ma tête! Pour l'entourage, ça doit être fatigant, mais mon mari est comme moi, donc ça n'aide



Préparation de pizzas en famille. Ci-dessous, un voyage au Japon en 2005 chez le maître de Selma, Kozo Matsuura.



pas», dit, en riant, celle qui se décrit aussi comme une personne méticuleuse, perfectionniste et ouverte.

Elle évoque son arrivée à La Sarraz il y a neuf ans où elle a suivi son époux et elle avoue que tout n'a pas été simple au début: «J'apprécie le cadre, le calme et le paysage. Cela dit, j'ai quand même dû lutter et un peu souffrir pour mon intégration. Mais, avec le temps, ça se tasse!»

Au quotidien, elle adore la danse, elle s'occupe de la maison,

travaille en qualité de secrétaire pour une association sportive et aime bien confectionner sirops ou confitures. «Et puis, il y a nos enfants: Ilan et sa petite sœur Daliah, quatre ans, atteinte de trisomie 21, ce qui nécessite pas mal de boulot et de présence. Un peu grâce à elle, m'est venue l'idée d'ouvrir, depuis un an et demi, un cours de karaté pour des personnes en situation de handicap, ce qui me procure énormément de plaisir.»

Le diagnostic posé a créé, bien sûr, une onde de choc, mais la famille et les proches soutiennent mon interlocutrice et son mari. Le côté positif de la situation l'emporte sur les périodes plus difficiles.

Les parents s'efforcent d'éduquer Daliah – prénom hébreux signifiant «cadeau de Dieu» – comme une enfant «ordinaire». «Nous avons de la chance, elle est en bonne santé, c'est une fillette preneuse, volontaire, un rayon de soleil. Nous la sentons joyeuse et intégrée. Et aussi bien sûr, nous sommes très attentifs à Ilan.» ■

CLAUDE-ALAIN MONNARD

## PROFIL EXPRESS

### Un maître en karaté

Matsuura Kozo, symbole de loyauté, amitié, honneur, sincérité et modestie

### Des souvenirs sportifs

Les Jeux de la Francophonie à Ottawa. Aussi une compétition en Italie où mon papa était coach: je me sentais comme «invincible»

### Une phrase

N'oublie jamais de vivre dans le présent

### Un don envié

Avoir plus de bras et de mains pour le travail ici! (Rires)

### Une émotion récente

L'obtention de mon quatrième Dan

### Un mets

Les pizzas préparées par mon mari dans notre four: les meilleures au monde

### Un auteur

Paolo Coelho

### Une expression qui revient

Prends du plaisir dans ce que tu fais