

**Interview exclusive avec Amanda Cameron,**  
**sportive de haut niveau implantée en paracyclisme.**



1/Quand votre surdité a-t-elle été découverte ?

*Je suis née sourde profonde, mes parents savaient que quelque chose n'allait pas très bien (je suis la plus jeune d'une fratrie de trois) et j'ai eu mon examen auditif. J'ai porté des prothèses auditives quand j'avais 1 an.*

2/A quel âge avez-vous été implantée ?

*J'avais 11 ans quand j'ai eu mon premier implant, mon audition (ou le peu qui me restait) s'est détériorée et les aides auditives n'étaient plus bénéfiques. Nous avons pris la décision de poser un implant cochléaire. Le deuxième implant a été posé 10 ans plus tard quand j'avais 21 ans. C'était une décision que j'avais prise compte tenu de ma déficience visuelle et je voulais une sécurité supplémentaire en ayant un son directionnel.*

3/Avez-vous été sportive de haut niveau depuis le plus jeune âge ? Quel type de scolarité avez-vous suivie ?

*J'ai été inspirée en regardant un programme de télévision qui montrait des athlètes paralympiens de Londres 2012. Il y avait des athlètes avec une déficience visuelle comme la mienne, cela m'a motivé pour essayer, saisir cette occasion tant que je pouvais encore. J'ai pris la décision de devenir athlète il y a donc un peu plus de trois ans, quand j'avais 25 ans.*

*Heureusement, dans le sport d'endurance, l'âge moyen des meilleures performances se situe vers 30 ans, il n'était donc pas trop tard pour commencer.*

*J'avais terminé l'université et j'étais dans un emploi à temps plein ce qui m'a rendu la pratique du haut niveau vraiment difficile : le régime d'entraînement est intense et il faut travailler 40 heures par semaine pour pousser ses limites au maximum.*

*Mais je m'étais fixé un défi que je voulais atteindre alors j'ai continué. Je voulais y parvenir quoiqu'il arrive!*

4/ Comment vous est venue l'idée d'être sportif de haut niveau ?

*Comme décrit ci-dessus - les athlètes qui m'ont inspiré étaient Phillipa Gray et Mary Fisher - tous deux athlètes de la Nouvelle Zélande.*



5/En quoi les implants vous aident-ils tous les jours dans votre vie de sportive ?

*Les personnes sourdes ou malentendantes ne sont pas classées dans les paralympiques et je suis donc en concurrence avec d'autres athlètes ayant une déficience visuelle mais qui ont une audition parfaite. L'implant cochléaire m'aide car je suis capable d'entendre et de communiquer avec mon pilote (la personne à l'avant du tandem) sur la route, et sur la piste. C'est important de pouvoir entendre mon entraîneur nous communiquer nos tours et combien de tours il nous reste. En dehors du vélo, j'assiste à des ateliers, des séances de gymnastique, des réunions, etc, qui impliquent beaucoup d'écoute pour être en mesure d'obtenir des informations précieuses pour réussir.*

6/ Par quel moyen faites vous tenir vos implants sous votre casque (nous avons souvent la problématique pour nos enfants au ski par exemple). En général avez vous des astuces à nous donner pour la pratique du sport avec les implants ?

*Il a fallu un certain temps pour trouver un casque de route confortable avec un implant cochléaire - il y a tant de différentes marques et styles!*

*Idéalement, il faut un casque qui a une roue de dimensionnement réglable afin que vous puissiez le serrer après que vous l'ayez mis sur votre tête.*

*Ce réglage permet de l'ajuster et aussi tenir sur vos processeurs – il est important de ne pas trop serrer le casque sur les implants afin de ne pas mettre de la pression sur l'aimant et provoquer une irritation. La seule façon de trouver le casque parfait est de les essayer tous, malheureusement!*

*Trouver un casque de « contre-la-montre » (aérodynamique) est encore plus difficile, mais je place mes processeurs dans un premier temps puis j'attache mes cheveux avec une queue de cheval basse afin que les aimants soient maintenus en place avec mes cheveux. Ainsi le casque ne fait pas bouger de position les antennes.*

*Quand je fais du ballet ou quand je vais à la salle de gym et il y a beaucoup de mouvement qui pourrait faire tomber les processeurs, j'attache donc les cheveux au dessus des implants.*

*J'augmente aussi la force de mon aimant en le vissant plus loin - mais ne le faites que si vous vous rappelez de à sa position normale après votre session! Pour les garçons - vous pouvez essayer un bandeau anti-transpiration ou porter un chapeau / casquette pour tenir l'antenne en place.*

7/Que pensez-vous de vos résultats aux jeux de Rio comparativement aux JO précédents?

*Je suis tout à fait heureuse de notre performance, surtout sur la poursuite individuelle de 3 km sur piste. Mon pilote et moi avons seulement roulé ensemble un court laps de temps pour nous entraîner.*

*Obtenir un si bon résultat en si peu de temps d'entraînement était phénoménal et je suis vraiment fière de nous-mêmes. Nous sommes arrivés 5ème aux championnats du Monde en début d'année et avons obtenu la 4e place aux JO avec notre meilleur temps personnel. Il est également difficile d'être si proche d'une médaille, mais cela crée une motivation supplémentaire pour les événements futurs!*

*Dans une autre épreuve sur la piste - le 1km Time Trial, nous sommes arrivées 6e aux JO avec un record de temps personnel, après la 9e place obtenue en début de cette année. Donc oui, vraiment heureuses de notre performance.*



8/Arriver à un tel niveau sportif malgré votre handicap est un exemple de réussite pour nos enfants implantés, si vous aviez 3 conseils indispensables à leur donner, quels seraient-ils ? Quel serait le message que vous pourriez faire passer aux enfants ?

*Je sais que cela peut paraître banal mais vraiment suivez vos rêves. Vous n'avez qu'une seule vie et c'est à vous de la choisir. Moi, j'ai eu l'occasion de me présenter aux JO parce que j'ai une déficience auditive et visuelle, et cela signifiait que si je travaillais dur, je pourrais aller aux Jeux paralympiques!*

*C'était extrêmement dur, je me suis demandée à maintes reprises pourquoi je me mettais cet objectif - la formation, le travail acharné, etc, mais alors il y a 6 semaines, j'étais à Rio et cette expérience m'a confirmé que ça valait vraiment la peine. Beaucoup de sueur et des larmes. J'ai réalisé mon rêve et maintenant je garde ces souvenirs avec moi pour le reste de ma vie. VOUS pouvez faire de même avec vos propres rêves.*

*Et deux citations:*

- 1. "Plus la bataille est dure, plus la victoire est douce."*
- 2. « Ne jamais, jamais, jamais, jamais abandonner.*

*Amanda Cameron, le 2 novembre 2016.*



*Olivia*

*Pour Génération Cochlée*