

La Page des Dames

Désolé, je ne vous ai pas vue !

C'est bien dommage car, sous le choc, je viens de glisser le long du capot d'une voiture blanche. J'étais sur un passage piéton, le feu était vert. Mes copines me diront « Il a tout pour lui ».

En attendant c'est tout pour moi ! Je me retrouve à terre à une vingtaine de centimètres du rebord de la chaussée. Je fais l'inventaire : rien aux jambes, rien au bassin, je peux me relever mais j'ai mal au milieu du dos et sur le côté droit.

Vendredi 25 octobre, le cadeau d'anniversaire pour ma copine n'est pas cassé, les deux kilos de sucre pour les confitures d'automne ne sont pas percés. C'est déjà bien.

Ensuite, visite chez le médecin, appel d'une ambulance pour les urgences à l'hôpital. Attente normale car je ne suis pas prioritaire : examens habituels, radios, attente et diagnostic : « Vous avez une côte fêlée, » - « laquelle ? » - « La septième ». Le médecin me rassure : « vous pouvez marcher, mais il faudra vous reposer et patienter ».

Oui, j'aurai pu être cassée, paralysée, morte peut-être d'après les nombreux exemples que s'empressent de me donner ceux qui me rencontrent et qui remarquent que je ne suis pas comme d'habitude.

Depuis quelques minutes, j'allais devoir vivre le quotidien autrement. Seule j'aurai dû être hospitalisée, car impossible de m'asseoir, de me coucher, de me lever, de faire ma toilette sans une aide. « Aïe ! » « aïe ! » ... (Heureusement pour moi, il est là). « Marchez » Je vais donc rendre visite à ma sœur. Un petit café le matin c'est bon pour le moral. « Tu veux que je te fasse un petit massage ? » - « Pour les côtes on dit qu'il n'y a rien à faire qu'à attendre mais pourquoi pas ! ». Pendant deux semaines j'ai bénéficié de soins à base d'huile de massage à l'arnica, enrichie de quelques gouttes d'extraits de plantes bénéfiques. Les jours suivants en compagnie des chrysanthèmes, j'ai découvert l'une d'entre elles, la gaulthérie, une jolie plante avec des petites boules rouges. Elle est toujours sur le bord de ma fenêtre, en souvenir et elle passera l'hiver ! Si mon petit voisin ne quitte pas son nounours, moi

je ne quitte pas une pince au long manche qui attrape tout sans que je fasse l'effort de me baisser.

Renoncer à faire la cuisine, le ménage, les courses, le repassage, etc. etc. Attendre pour reprendre la gym, le chant et la chorale, les longues promenades. Et sur-tout pour rattraper le retard car je n'ai pas de femme de ménage

J'envie mes chats qui s'étirent le dos avec application. Bénéficier des acquis : je connais les points d'appui, je contrôle mes gestes, je mesure mes efforts et j'apprécie de faire des mouvements sans douleur. Je refais des exercices bons pour la respiration et pour faire travailler les muscles profonds. J'évite tout médicament antidouleur.

Enfin, de la position tabouret de bar, je suis redescendue à la chaise de cuisine en enlevant, peu à peu, les coussins qui étaient nécessaires.

J'ai eu le temps de penser à tous ceux et toutes celles qui ont vu leur vie brusquement changée, suite à un accident, et avec des conséquences plus dramatiques que pour moi. J'étais plus sensible aux informations télévisées et aux articles des journaux.

Sur le lac, les erreurs humaines existent aussi. Sur le lac, les Sauveteurs sont là pour nous aider et pour limiter les dégâts. Même si nous sommes dans nos droits, soyons prudents pour deux. Bonne saison.

Josiane Zonca