

Le handicap invisible

Avant mon handicap, j'étais une personne très dynamique, sociable, qui mordait la vie à pleines dents ...

Ma vie d'avant était bien remplie. Outre mes activités professionnelles j'avais beaucoup d'activités comme le sport, la danse, le dessin, les voyages, la décoration intérieure, et une vie sociale dense : restaurants, soirées entre amis.

Mon métier de commerçante m'a permis de bouger dans toute la France pour rencontrer les fournisseurs, de créer des bijoux ...

Suite aux aléas de la vie, j'ai arrêté mon métier de commerçante, pour aller dans le milieu hospitalier en tant que ASH et puis auxiliaire de vie pour aider les patients dans leurs vie quotidienne.

Les taches effectuées étaient : La toilette, l'habillage, l'entretien de la maison, la préparation du petit- déjeuner jusqu'au dîner, prise de médicaments, courses, etc...

A cette époque la notion de « Gestes et Postures » n'existait pas. C'est à ce moment qu'ont commencé mes problèmes de santé. J'ai été obligée de me faire opérer, car sinon j'étais destinée à rester dans un fauteuil roulant. Car la moelle épinière était trop abimée, ainsi que deux disques cervicaux usés. On m'a posé une cage et une plaque. Il a fallu 2 ans de rééducation, puis 1 an de convalescence. Cette période a été très dure pour moi.

Je ne pouvais plus faire ce que je voulais : port de charge interdit, posture assise limitée dans le temps, gestes répétitifs à éviter. Je n'étais plus la même personne, peu à peu il y a eu une perte d'intérêt pour ce qui me passionnait puis dépression, fatigue, crises d'angoisse, hyperémotivité, asociabilité, agressivité.

Progressivement, grâce au soutien de mes enfants et d'un suivi médical adapté, j'ai peu à peu remonté la pente. Je gérais mon handicap quotidiennement, comme je pouvais, en fonction des jours.

Pour me détendre j'ai fait un potager, j'ai repris la lecture pour me vider la tête sous mon noisetier, j'ai organisé des repas à thèmes, des déguisements entre copines, pour rigoler ensemble, je me suis tournée vers la cuisine, la pâtisserie et surtout dans les deux

associations ou je suis très impliquée. Mon handicap m'a boostée encore plus et je vois dorénavant les choses de façon tout à fait différente. Maintenant je suis une autre personne. Une battante, forte, je sais ce que je veux pour ce que je mérite.

Je reconstruis mon futur avec des projets, beaucoup de projets : Partir du Bassin d'Arcachon, voyager, vivre à la campagne, m'occuper d'animaux, créer un potager, être plus près de la nature, passer du temps avec mes enfants et petits-enfants ...

Ma philosophie de vie aujourd'hui : ne plus être tributaire de ce que demande la société « travail, Metro, dodo ». Penser à moi, être libre tout simplement ...



Fabienne DUPUIS