

Danse avec les boues...



À la voir en maillot dans le couloir de marche, corps de sportive, sourire aux lèvres, on est très loin de l'image du patient fibromyalgique harassé, triste et esclave de sa douleur. Pourtant cette douleur est bien là, qui harcèle ce corps de danseuse et ne laisse du répit qu'au terme d'un long combat.

Témoignage optimiste de celle qui danse avec les boues...

Rien ne la distingue, au premier abord, d'une autre jeune femme de 37 ans tant elle vousaborde souriante, détendue et de bonne humeur. Certes, son jeune âge est surprenant dans cet univers de peignoirs, mais ce qui l'est un peu plus, c'est cet aveu lâché au cours de la conversation. "Je suis fibromyalgique et par conséquent suivie et soignée par l'unité douleur de l'hôpital de Bordeaux. Je suis cette année ma seconde cure à Dax."

"Ma première cure a été dure car elle a, au départ, réveillé les douleurs. Mais j'étais tellement bien après". Elle se remémore cette première expérience, ne peut s'empêcher de partir dans un grand éclat de rire. "En arrivant, j'avais du mal à marcher. Je portais une minerve, des genouillères et une coudière. Mes amis m'appelaient Robocop et j'ai un peu foutu la trouille aux autres curistes !"

"Parler, échanger, ça fait du bien"

Elle savoure rétrospectivement cette cure initiale, insiste sur la qualité de l'ensemble du personnel thermal. "Ici, l'encadrement connaît la fibromyalgie. J'ai vu trop de médecins qui commençaient leur entretien en me demandant ce qui se passait dans ma tête. Ici, j'ai pu mettre une réalité sur cette maladie et sur mes douleurs. Vous ne pouvez pas imaginer le bien que cela fait. Durant ma cure, j'ai enfin croisé des gens qui croyaient vraiment que j'étais mal. Et puis, j'ai eu la chance de rencontrer d'autres fibromyalgiques. On a pu parler, échanger et ça aussi ça fait du bien". ... / ...

Elle mesure la chance d'avoir pu venir ici, parle d'une véritable révolution. "De toute façon, il y a un avant et surtout un après ma cure à Dax. Avant, je passais mon temps à me justifier. J'ai changé de vision sur ma maladie. Je ne passe pas mon temps à faire plus qu'il ne faudrait sous prétexte que "c'est dans la tête". Désormais, je fais attention à moi. Je suis arrivée ici en serrant les dents. Je suis repartie en ayant pris conscience que j'avais réellement quelque chose. Ici, je me suis sentie et je me sens toujours écoutée et respectée et c'est d'une telle importance". Les mots sont forts mais assésés avec sérénité et conviction.

“ Ici, je me
suis sentie
écoutée et
respectée...”

"Je n'ai pas le droit de me laisser tomber"

Elle fait un détour par le passé, sur ces heures de randonnées, sur cette danse chérie pratiquée à un niveau quasi professionnel... pas en mode regret, dans le costume de la combattante optimiste. "Je suis mieux, bien mieux. Si je ne m'occupe pas de moi, personne ne le fera. Je n'ai pas le droit de me laisser tomber. Il faut tirer du positif de cette expérience. Je suis en réorientation professionnelle, c'est une nouvelle aventure. Je suis devenue plus tolérante avec les autres. Et puis, je profite de toutes les petites choses."

A-t-elle pour autant tourné le dos à ce qui faisait sa vie ? Pas vraiment non, Mademoiselle Cécile n'est pas du genre à rester les deux pieds dans le même

chausson de danse. "Aujourd'hui, j'apprends à trouver le bon équilibre dans mon activité quotidienne. Je revis, à mon rythme mais je revis. Je fais le parcours santé. Remarquer ½ heure par jour c'était un exploit et une victoire. En fait, chaque jour est une victoire... Il y a 6 mois, j'ai repris la gym douce sur chaise pour seniors. La moyenne d'âge était de 75 ans et je ne pouvais pas tout faire..." Elle se marre. "Aujourd'hui, j'ai repris la danse, tranquillement". Le sourire se fige parce que la gorge se serre un peu plus qu'elle ne le souhaiterait. "Je suis tombée très bas et je remonte doucement, marche par marche. Il reste des jours difficiles. Je remets les attelles mais c'est de plus en plus rare".

En rentrant à Bordeaux, je continue le travail engagé ici. Je poursuis la marche, je pratique la relaxation à la maison, le stretching postural. La cure a stoppé la progression de la maladie et mon nouveau traitement me fait un bien fou". Et puis, le naturel reprend le dessus, comme ces étoiles des ballets qui toujours s'accrochent pour atteindre la perfection. "Ici, on œuvre tous ensemble pour mon avenir et après la première cure, la douleur a véritablement diminué. Aujourd'hui, je suis optimiste. Et vous savez, cet optimisme me permet de parler d'autre chose que de cette maladie... et ça, c'est déjà une avancée immense..."

Un pas de danse, deux entrechats... loin des tourments, elle danse avec les boues et cela lui réussit plutôt bien.

Un niveau d'exigence inégalé

Charte "Qualitherme" : les engagements

- › **L'analyse de l'eau** : des prélèvements sont effectués en nombre très supérieur à celui exigé par la réglementation. Les analyses sont effectuées par le Laboratoire Municipal de Dax, indépendamment des exploitants thermaux.
- › **Le nettoyage et la désinfection** : les installations sont lavées et désinfectées par des techniciens thermaux, après chaque curiste et après la journée de soins.

› **Les mesures prophylactiques** : celles-ci concernent l'hygiène corporelle du personnel soignant et des curistes, le contrôle des conditions d'accès aux soins collectifs, le port de chaussons, obligatoire dans les zones de soins.

Certification Aquacert Thermalisme

L'ensemble des établissements thermaux de la station est entré dans une démarche qualité orientée vers la gestion des risques sanitaires, en vue d'obtenir cette certification. Elle répond aux exigences de la réglementation de janvier 2007.

myalgie