

« Cela me prend certes plus de temps, mais ça avance ! »

René, atteint de polyneuropathie, et Esther sont deux personnes qui se soutiennent mutuellement depuis de nombreuses années et qui ont décidé de vieillir ensemble. Qu'est-ce qui les motive ? Leur optimisme inébranlable et le travail commun dans leur jardin.

René (75) et Esther (71) vivent dans l'Argovie depuis 12 ans. La vie étant devenue trop onéreuse à Zurich après leur retraite, ils ont recherché un autre lieu de vie qu'ils ont trouvé à Fahrwangen. Leur « maison enchantée », comme ils l'appellent, remplit à leurs yeux toutes les conditions : deux appartements séparés dans le même toit et un jardin commun dont il faut s'occuper – le jardinage étant leur passion commune. Mais ce n'est pas le seul domaine où ils s'entraident et se soutiennent mutuellement.

René est électricien en radio et télévision et a suivi une formation continue de concierge. Suite à une hémorragie cérébrale, il a perçu une rente partielle tout en continuant à travailler pendant de nombreuses années. Depuis environ 25 ans, il souffre également de polyneuropathie, une maladie qui diminue la sensibilité des pieds et des mains. Si René se blesse, par exemple aux pieds, ou s'il a des ampoules, il ne le sent pas. C'est ainsi que sont apparues des inflammations qui ont finalement conduit à l'amputation de plusieurs orteils et de l'avant-pied droit. Au terme de nouvelles complications,

sa jambe gauche, y compris le genou, a dû être amputée.

S'entraîner pour reprendre le vélo sur route

Pour cet ancien cycliste amateur, ce fut d'abord un coup dur puisqu'il ne pouvait plus exercer son sport favori. Mais René ne s'est pas laissé abattre. Grâce à une thérapie intensive avec entraînement à la marche et renforcement musculaire, il se remet progressivement au vélo. Pour l'instant, il n'utilise que le vélo d'appartement, mais les perspectives de se déplacer à nouveau sur route sont bonnes. Il est aidé par une articulation du genou assistée par ordinateur qui lui permet de plier le genou de manière contrôlée et sûre. Monter les escaliers redevient également possible.

A 75 ans, René se déplace actuellement beaucoup en fauteuil roulant ou en scooter électrique. Pour se rendre à sa thérapie à Schinznach (AG), il emprunte les transports en commun. « Cela fonctionne parfaitement », raconte-t-il.

L'application CFF lui indique clairement les moyens de transport qui sont adaptés

Photographie 1 : René et Esther devant leur « maison enchantée ».

Photographie 2 : René se rend en thérapie à Schinznach (AG) situé à 20 kilomètres en scooter électrique et en transports publics.



à son cas et à son véhicule. « C'est tellement simple que j'utilise beaucoup les transports publics avec mon scooter électrique. »

Transformer soi-même sa salle de bains

Esther, quant à elle, adore faire les brocantes à la recherche d'objets pour orner le jardin commun. « C'est pourquoi nous l'appelons notre maison enchantée », raconte-t-elle, « car le jardin est plein d'objets à découvrir quand on s'y promène. » Mais en vieillissant, tout va moins vite et les forces diminuent. C'est donc le cœur lourd qu'Esther a décidé d'abandonner le potager après l'amputation de la jambe de René. « Toute seule, je n'y arrive plus. »

Ils envisagent de recourir à des moyens auxiliaires supplémentaires dans la maison – comme un monte-escalier. Dans ce but, ils rassemblent toutes les informations importantes. Ils souhaitent également adapter leur salle de bains à leur âge. René met lui-même la main à la pâte : dans l'appartement d'Esther, il a déjà fait du bon travail en transformant la salle de bains. Actuellement, il bricole

dans ses quatre murs à l'étage en-dessous. Il remplace la baignoire par une douche et le rehausseur de WC-douche par un WC-douche fixe. « Cela me prend certes beaucoup plus de temps pour l'arracher, car je ne peux pas me mettre debout », explique René avec bonne humeur, « mais ça avance ! » Se laisser abattre ? Pour lui, il n'en est pas question !

Polyneuropathie

Les polyneuropathies sont des maladies des nerfs qui se situent en dehors du système nerveux central (cerveau et moelle épinière). Elles peuvent concerner les nerfs qui commandent les mouvements, ceux qui sont responsables des perceptions sensorielles ou ceux qui transmettent les informations directement au cerveau.

Photographie 3 : Esther adore faire les brocantes à la recherche d'objets pour orner le jardin commun.

