



L'illustré
1002 Lausanne
058 269 28 10
www.illustre.ch/

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Magazines populaires
Tirage: 62'602
Parution: hebdomadaire

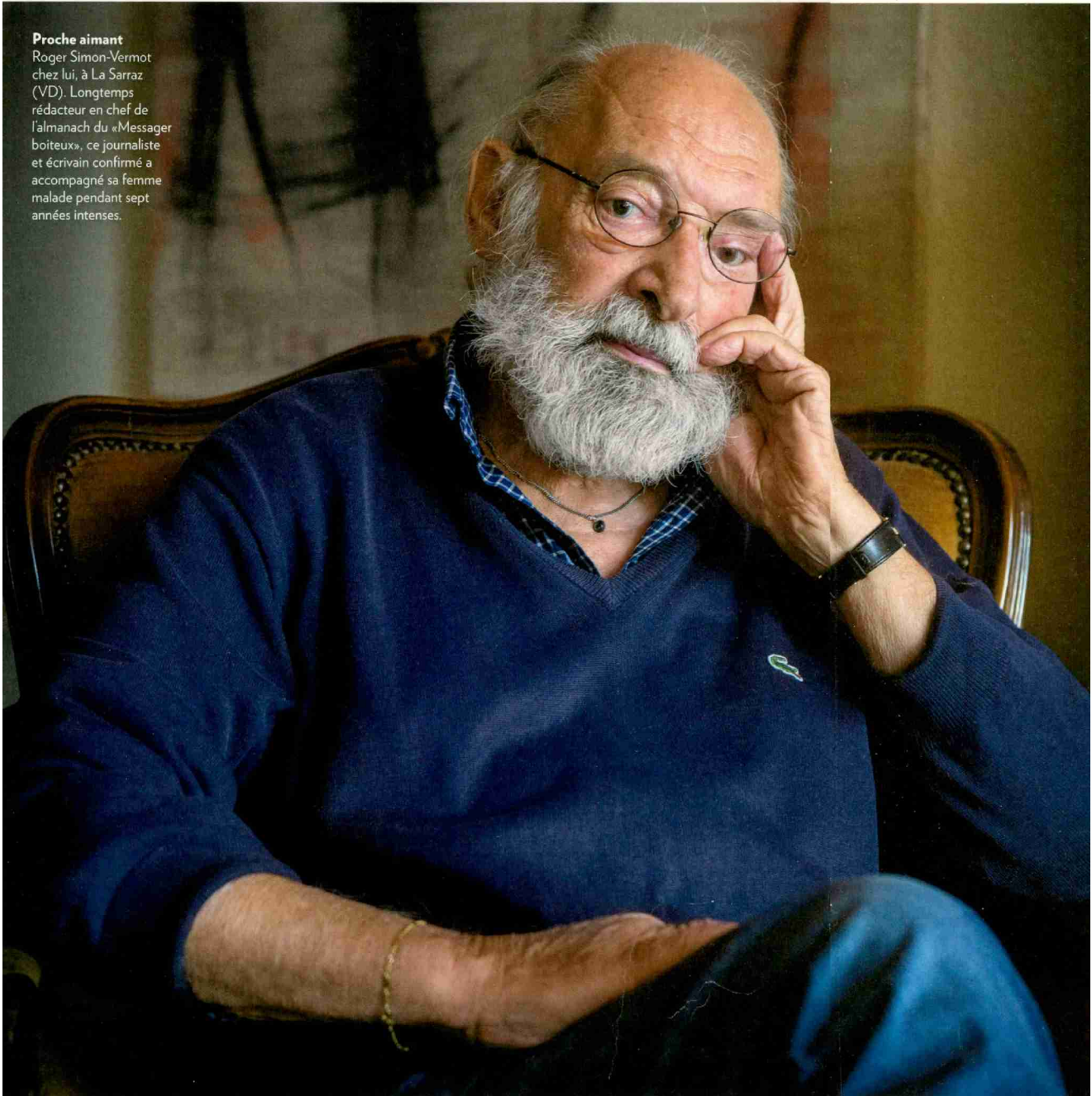
Page: 46
Surface: 194'912 mm²

Ordre: 844003
N° de thème: 844.003

Référence: 71339295
Coupure Page: 1/6

Proche aimant

Roger Simon-Vermot chez lui, à La Sarraz (VD). Longtemps rédacteur en chef de l'almanach du «Messager boiteux», ce journaliste et écrivain confirmé a accompagné sa femme malade pendant sept années intenses.

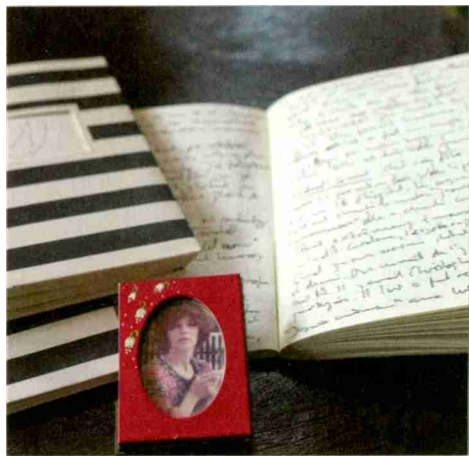




«NOTRE AMOUR A ÉTÉ PLUS FORT QUE L'AVC»

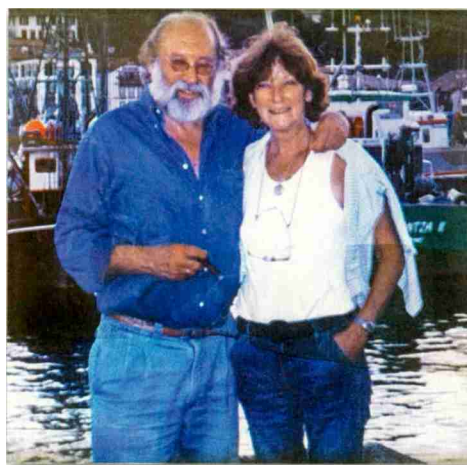
Un dimanche de 2011, la femme du journaliste Roger Simon-Vermot a subi un AVC, aux graves conséquences. Pendant les premiers mois, jour après jour, celui-ci a noté chaque détail vécu, dans un journal poignant. Il le publie aujourd'hui, en un livre où l'optimisme est malgré tout présent.

PHOTOS YVES LERESCHE - TEXTE MARC DAVID



Les carnets

Les semaines après l'AVC de sa femme (photo dans le cadre), Roger Simon-Vermot y a noté les événements du quotidien.



Unis

Roger Simon-Vermot et sa femme Marisa, en vacances sur la côte basque.
«Elle était ma fleur, ma boussole, mon soleil.»



Dans la préface qu'il a écrite pour le livre-témoignage de Roger Simon-Vermot, le professeur Patrik Michel, médecin-chef au service de neurologie du CHUV, décrit le gouffre dans lequel tombent les proches quand survient un accident vasculaire cérébral. Il écrit «tsunami», il écrit «angoisse», il écrit «frustration».

Son tsunami, Roger Simon-Vermot l'a vécu le 27 février 2011. Ce jour-là est un de ces dimanches ordinaires où le temps s'écoule avec paresse. Septuagénaire du genre actif, ce journaliste curieux de tout regarde une course de ski tandis que sa femme prépare le repas de midi, dans la cuisine. Il a allumé un de ces cigares qui accompagnent son existence de lecteur et d'écrivain, jusqu'à en faire un des meilleurs spécialistes romands de la bande dessinée.

A un certain moment, comme une bonne odeur de choucroute lui chatouille les narines, il

••• se décide à gagner la cuisine. Il y découvre sa femme croquevillée sur le carrelage, immobile. Sur la table se trouve un verre de vin blanc, vide. Pour lui, sa femme a juste un peu trop bu et s'est sentie mal. Il tente de la réanimer. Elle se réveille certes mais aucun mot ne sort de sa bouche. Elle se contente de mouvoir son bras tout en regardant sa montre. Il comprendra plus tard qu'elle l'avertissait de la gravité de la situation, qu'elle le pressait d'agir. Lui ne saisit pas le message, tout comme pour le vin, auquel elle n'a pas touché et qui était destiné à la choucroute. Il l'allonge sur le divan du salon, où elle s'assoupit. Lui aussi se met à la sieste.

Il se passe environ deux heures avant que leur fils ne vienne leur rendre visite. Il découvre sa mère étrangement inconsciente, flaire le danger, alerte son père. Ensuite, ce sont les urgences, les couloirs d'hôpitaux, le cauchemar. D'un médecin, Roger entend pour la première fois ces trois lettres qui ne le quitteront plus, AVC, avec le verdict, brutal: «Votre épouse et maman est victime d'un accident vasculaire cérébral grave. Son lobe gauche est très atteint et elle ne pourra sans doute plus jamais parler, plus

émettre la moindre idée. Tout son côté droit est paralysé et il est fort probable qu'elle ne puisse plus remarquer.»

Un tsunami, a écrit le grand professeur. Et Roger, assis sept ans plus tard dans son salon de La Sarraz (VD) aux teintes chaudes, entre ses chers dessins et ses whiskys de marque, ne peut qu'acquiescer. «C'est cela: une grosse avalanche qui envahit et enferme. Tout à coup, tu n'es plus rien. C'est si fort et inattendu. Il y a aussi le sentiment de culpabilité. Même si le médecin m'a dit que je ne pouvais pas savoir, j'ai encore aujourd'hui de la peine avec cela: je me dis que si j'avais téléphoné tout de suite...»

Juste avant notre venue, il a relu avec émotion l'extrait de son livre qu'il a consacré à sa femme, avec qui il était marié depuis 1963 et qui tenait avec dynamisme une boutique de BD à Orbe (VD). Il la décrit comme «ma fleur, ma boussole, mon soleil. A la fois espiègle et aimante, généreuse et terriblement attachante, semant la joie de vivre, attentive au bien-être des siens, de sa famille et même des autres, sans jamais exiger quoi que ce soit en retour.»

Il marque un temps d'arrêt. Ce

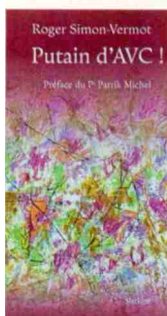


livre qui sort ces jours, il le publie pour que les gens réagissent immédiatement en cas d'attaque. Et aussi en une forme de déclaration d'amour à son épouse, décédée d'un second AVC en mars dernier. Une manière de dire, au-delà du drame, qu'une telle situation libère des réserves d'amour insoupçonnées. «Je crois que je n'ai jamais été aussi amoureux de ma femme, glisse-t-il. Malgré les énormes difficultés pratiques et quotidiennes qu'elle a engendrées, cette épreuve a renforcé notre lien, à travers la profondeur de la douleur. Oui, absolument: ces sept années valaient la peine d'être vécues.»

Devant lui, sur la table du salon, deux carnets noirs. Il les ouvre et l'on voit qu'ils sont parcourus d'une écriture nerveuse, avec une énumération des jours, qui va du samedi 5 mars au vendredi 24 juin 2011. La période où, en rentrant du CHUV puis de l'Institution de Lavigny où sa femme était soignée, il a noté scrupuleusement les menus événements de la journée, les progrès, les espoirs, les déceptions. La vie qui avance malgré tout.

Jour après jour, il écrit

Il avait d'abord enfoui ces cahiers quelque part dans sa mé-



«Putain d'AVC!»

Par Roger Simon-Vermot,
Ed. Slatkine.
En librairie depuis le 23 octobre.

moire. «Je suis retombé dessus une branche de myosotis, de cet hiver, par hasard. J'avais oublié leur existence.» Il a décidé de les publier. On y trouve une foule de détails bruts, des phrases brèves derrière lesquelles l'émotion affleure, brûlante. Le 10 mars, sa femme est assise sur son lit, pas très réactive, lasse. Le 18, elle réussit à faire rire son fils et son mari. Le 23, elle prend la main de son mari dans les siennes. Le 28, elle paraît si déprimée que son mari demande si on peut lui donner des antidépresseurs. Le 31, elle fredonne les deux premières strophes de *Frère Jacques*, puis pleure. Le 6 avril, elle parle beaucoup à son époux, qui ne comprend pas son langage. Le 9, son visage s'éclaire en voyant son petit-fils. Le 17, Roger cueille une tulipe noire et

une branche de myosotis, de sa femme. Le 23, dans l'ascenseur après l'avoir quittée et qu'ils n'ont pu se comprendre, il a le corps secoué de chagrin. Le 25, elle rit de bon cœur quand il s'escrime à changer ses sparadraps. Le 29, elle met sa tête sur sa poitrine et ils restent ainsi, sans rien dire. «C'est bon, c'est bien», écrit-il. Le 3 mai, après une séance de musicothérapie, il rentre chez lui en chantant en italien au volant de sa petite auto.

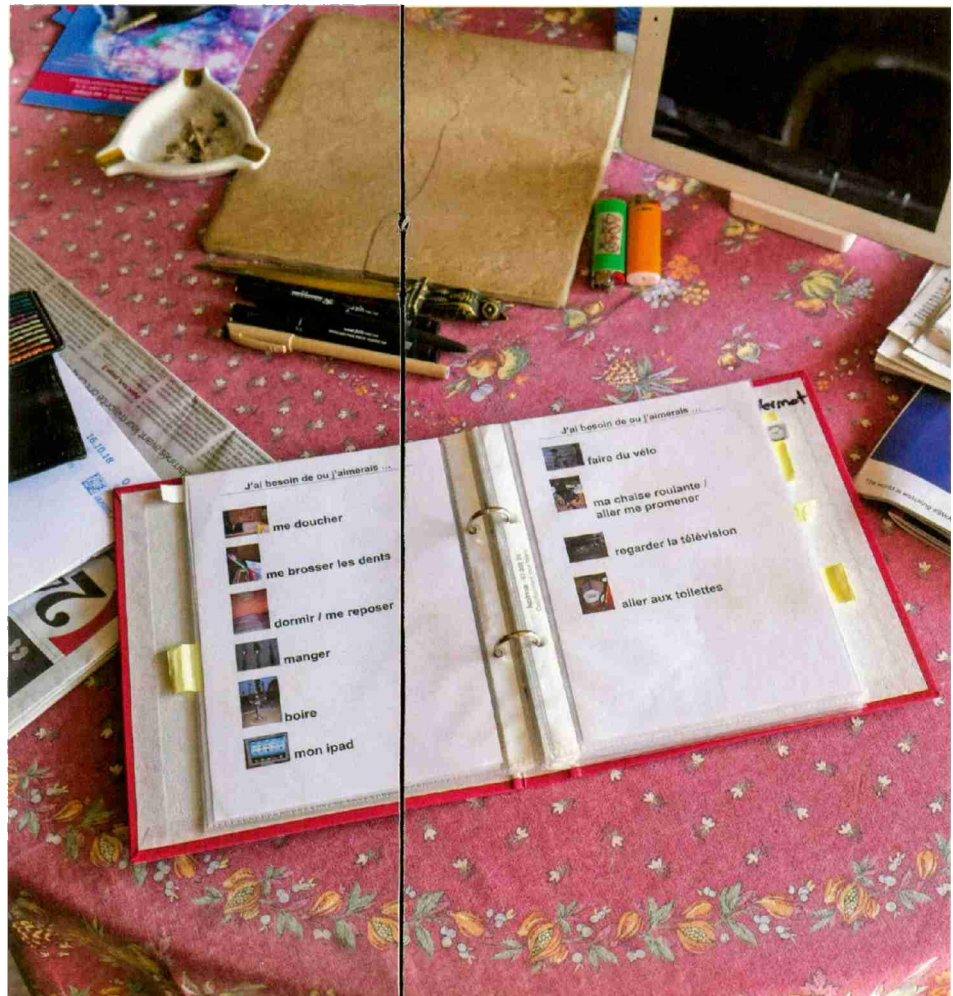
«**Une histoire d'amour**» Ainsi s'égrène cette vie bouleversée et bouleversante, entre séances de physio ou de logopédie. Le couple s'accroche, en un combat où la moindre avancée est un joyau. Jusqu'au 24 juin, peu



avant la sortie, où le mari aimant écrit finalement, confiant: «Nous allons reprendre le cours de notre vie. Je l'aime. Elle m'aime. Que peut-il nous arriver?»

Roger referme le livre. Il a ensuite passé sept années cloîtré à domicile, attentif à sa femme presque sept jours sur sept, au rythme des visites des services infirmiers. A la recherche d'un mode de communication, sans paroles, qu'il a fini par trouver, en un défi quotidien.

La frustration, comment l'a-t-il surmontée? «La réponse est simple, c'est juste l'amour. Il baliaie tout, l'absence de sorties ou de loisirs, les problèmes journaliers.» Dans le livre, les rires et les sourires sont en effet omniprésents. «C'est vrai, nous riions presque chaque jour, c'était presque une thérapie. En fait, toute cette histoire est une grande histoire d'amour.» ■



Se faire comprendre

Pour les actions journalières, la malade, privée de parole et également incapable de marcher, utilisait ce «classeur de communication».



FACE À UN AVC, AGISSEZ VITE!

Si la majorité des gens ne constatent pas de signes précurseurs d'un AVC, d'autres peuvent présenter parfois un accident ischémique transitoire (AIT), soit des symptômes de l'AVC de brève durée en quelques minutes ou heures. Même s'ils sont courts, ils sont le signe d'une mauvaise irrigation et **il convient d'agir vite par une visite immédiate aux urgences de l'hôpital le plus proche.**

Pour l'AVC comme pour l'AIT, une irrigation contrariée produit des symptômes très reconnaissables:

difficulté à parler (la personne ne trouve plus ses mots pour s'exprimer de façon cohérente et/ou ne comprend plus des questions simples et/ou ne peut plus articuler les mots), **paralysie** (le plus souvent du visage, d'un bras, d'une jambe ou d'un côté du corps), **troubles visuels** (vision double ou perte de la vue d'un côté), **maux de tête violents et troubles de l'équilibre.**

Quand les cellules nerveuses sont privées d'oxygène, ne serait-ce que quelques minutes, elles meurent; **elles ne se régénèrent pas ou très peu.** Ainsi, plus les personnes consultent vite, plus une intervention peut être proposée et a des chances de succès (par exemple pour dissoudre le caillot ou l'enlever

mécaniquement), moins elles risquent de séquelles. **Le cerveau a, néanmoins, une certaine capacité d'adaptation:** certaines cellules nerveuses saines réussissent parfois à prendre la relève des cellules mortes si elles sont stimulées par divers exercices, ce que l'on décrit par le terme de neuroplasticité.

Le lundi 29 octobre, journée mondiale de l'AVC, des stands et un bus de prévention seront présents au CHUV, dès 9 h. Conférence publique «AVC: prévenir et agir» de 18 h à 19 h (auditoire César-Roux), entrée gratuite.