

#RBS #PartageExpérience #Stages

## [TEMOIGNAGE]

**« Je cite souvent Marc Twain : ils ne savaient pas que c'était impossible alors ils l'ont fait ».**

C'est avec beaucoup de générosité et d'humilité qu'Alex B nous partage son histoire. « En 2014, le 24 février, j'étais en train de préparer des épreuves sportives sur un chemin communal avec ma collègue et une petite mamie en voiture ne nous a pas vus. » Alex sauve sa camarade et laisse son pied sur la route « j'ai essayé de marcher mais ma cheville ne tenait plus ».

Après plusieurs opérations, une allergie au titane, un arrêt cardiaque, une sentence médicale « vous ne remarquerez plus jamais », Alex a repris le travail avec exemptions après 6 mois de fauteuil. Les 8 années suivantes ont été ponctuées d'arrêts et de reprises d'activité jusqu'au placement en CLDM ce 19 juin 2023.

Sur ses pieds avec l'aide d'une canne, Alex souffre toujours de douleurs intolérables, dort mal et revit l'accident toutes les nuits. « Je me suis interdit de penser que ce fameux 24 février, j'aurai mieux fait de ne penser qu'à moi au lieu de sauver ma camarade... mais ce n'est pas moi ! ». Alex nous confie également qu'il a pensé à son réveil de la première opération à se séparer de sa femme « pour ne pas laisser ton épouse dans la galère ! ».

Alex a appris à vivre avec sa douleur et ses démons grâce à sa détermination et également avec l'aide du dispositif mis en œuvre par la Direction Générale de Gendarmerie Nationale « la reconstruction des blessés par le sport – RBS ».



Début 2022, il rencontre David G « un autre phénix » dans le cadre d'un stage OPJ puis, il y a « Franck ». Franck, c'est le lieutenant Martineau, chargé de projets RBS au sein de la SDAP. Il le prend en charge, lui présente le dispositif et lui propose de participer à 3 stages : le stage « équitation » CENTAURE à St Germain en Laye, le stage « blessés-familles » AD REFECTIO à Lège-Cap-Ferret dans un établissement de la Fondation MG et le stage « MER ET VENT » du CNISI. Alex participe également aux RMBS (Rencontres militaires Blessés Sport). Cette année, Alex envisage de participer au stage de la Fondation MG « Nouvel Elan ».



« J'ai découvert dans ces stages que je n'étais pas tout seul. La douleur, la colère, la lassitude, l'acceptation : toutes ces phases sont communes à tout le monde. Je ne suis pas un monstre ! ». Alex ressent ces stages comme de vraies pauses : « elles se font grâce à la bienveillance des gens qui t'entourent. Quand tu participes à ces stages, tu n'as pas besoin de fournir d'explications, on sait que tu es blessé. Les encadrants sont omniprésents mais tellement discrets. Ils ont toujours un plan B, un plan C etc... »

« Aujourd'hui, je me lance des défis, j'ai 55 ans. Ma vie de valide est derrière moi ». Alex a terminé « finisher » de la marche nordique sur la course des Gendarmes et des voleurs de temps. Il a également retrouvé l'envie de faire de la moto en piste et prend du temps et du plaisir pour présider son association Team2R du 31.

Enfin, bien évidemment, Alex a toujours à ses côtés sa chère et tendre épouse, soutien indéfectible au quotidien, avec laquelle il partage désormais absolument tout, ses peurs, ses douleurs, son dossier médical (!) et ses espoirs.

Merci Alex pour ce partage !