

6 Portrait de Cendrine le Bouffant

FIN JUILLET 2025

MALGRÉ LE CHAGRIN ET L'APHASIE, IL FAUT VIVRE ET PROGRESSER

Je ne me sentais pas bien. Au boulot, j'étais amorphe. je n'avais pas de signe cardiaques mais j'avais mal au ventre et des difficultés respiratoires. Je vais voir le médecin : pas de signe cardiaques, rien d'anormal.



15 jours plus tard, au cours de la nuit, je ne me réveille pas. Mon mari qui était sportif se rend compte de la situation, il appelle les pompiers et en les attendant. Il me fait un massage cardiaque qui a duré une quinzaine de minutes, **ce qui m'a sauvé la vie**. C'est long... très long. Les pompiers arrivent enfin et m'emmènent à l'hôpital, ils restent avec moi jusqu'à ce que l'on me transporte en réanimation.

Je suis restée environ **15 jours dans le coma** et doucement, j'ai repris vie.

Après un mois, à l'hôpital de Montreuil, je suis allée dans le Centre de Soins de suite du Bourget. Là, j'ai 4 séances d'orthophonie par semaine, une d'ergothérapie et une séance avec un neuropsychiatre et une avec un kinésithérapeute. J'ai tout à réapprendre, par exemple manger, déglutir, marcher, parler, me vêtir. **Mon mari me fait revivre et surtout reparler grâce à la force de vie qu'il me transmet.**

Et puis vient le Covid ! Mon mari me reprend à la maison et il continue à s'occuper de moi à 100 %. Il fait tout. Pendant 3 ans, il m'accompagne dans ma reprise d'autonomie et malheureusement, **il y a six mois il est décédé**. Quand il était vivant il me soutenait me portait et puis il a eu une dépression, il se laissait aller, il est tombé malade. C'est un coup très dur pour moi, il me manque tellement ! **Mais il faut vivre ! Vivre !**

Aujourd'hui, je prends le bus, le tramway seule après repérage avec quelqu'un... Noisy/Villejuif ou Noisy/Pantin. *Pour aller chez mon orthophoniste*, c'est compliqué à cause de travaux ma maman doit m'accompagner 2 fois par semaine. Il faut se réintégrer dans sa vie. **Maintenant, je peux y aller seule.**

Je reprends aussi l'ordinateur, l'orthophonie en visio, je relis des livres, **je participe à la chorale de Vincennes du GAIF**. Tout cela me fait progresser, m'apporte de l'autonomie et des contacts.

Depuis 6 mois, **j'ai repris progressivement du travail à domicile** sur des projets particuliers avec 2 personnes que je connaissais avant mon AVC qui m'accompagnent. Je remercie aussi tous mes collègues qui m'ont porté pendant cette renaissance.

Aujourd'hui, **j'ai perdu mon travail** que j'aimais mais maintenant je ne reconnais plus rien.

Maintenant, je continue avec **ma maman et ma fille** qui a 24 ans. Elle a terminé ses études et va commencer à travailler mais son papa lui manque beaucoup.

Les orthophonistes sont précieuses pour aider à retrouver les mots. Les noms des fruits et des légumes par exemple, je n'arrive pas à m'en souvenir ni de leurs odeurs, je fais un blocage.

Mais je bosse beaucoup, je tiens un journal. Avec mon orthophoniste et mon journal, je progresse ! Mais c'est difficile, j'ai beaucoup de mal à écrire..

Je lis beaucoup, j'aime ça !!!

Les vacances ?

J'aimerais beaucoup revoir la mer et faire du bateau comme capitaine comme avant.

La cuisine ?

Non je ne fais pas de cuisine. Du tout ! Ma maman me prépare des plats et je réchauffe en plus les légumes que je ne connais pas. Mon mari cuisinait très bien.

Reste les sorties culturelles : les musées, le cinéma, les concerts à la Philharmonie, la visite de Notre Dame, les jeux Olympiques, Roland Garros.

Et les balades ?

Oui avec des amis ou ma famille maintenant je suis partante.

Et la chorale bien sûr, j'ai 100 % des paroles dans ma tête mais rien d'écrit.

Merci pour l'interview, **il faut s'accrocher tous les jours.** ❖

*Interview réalisée par
la maman de Cendrine et
Michel Lagneau*

Portrait de Cendrine le Bouffant ■ 7

