

# Lutter contre cette "maladie angoissante"



Le groupe vient à peine de se constituer. Il se réunit chaque mois à la Manutention, un lieu accessible aux personnes à mobilité réduite, grâce à un plan incliné et un ascenseur.

## EMBRUN

■ Ils ne veulent pas que ce rendez-vous devienne une triste réunion mensuelle, mais qu'il reste « convivial ».

■ À l'initiative de Stéphanie Anglade, de la délégation départementale de l'APF (association des paralysés de France), un groupe de personne malades de la sclérose en plaques s'est constitué en août dernier. Hier, elles se sont réunies pour la troisième fois, à la Manutention, à Embrun. Elles continueront chaque mois, avec une prochaine date fin octobre.

■ « Ces réunions permettent d'avancer grâce aux témoignages de chacun, d'apporter des réponses, d'orienter les personnes, explique Stéphanie Anglade. Chacun peut s'exprimer librement. Nous essaierons

également de faire venir des professionnels. »

### « Je refuse que la maladie prenne le dessus »

■ L'objectif est de partager son expérience, d'échanger sur les traitements possibles, par exemple.

■ « Il faut que les gens se rendent compte qu'ils ne sont pas les seuls dans leur problématique, témoigne Mado, de Briançon. Il ne faut pas se renfermer dans le handicap. Lorsqu'on parle avec quelqu'un qui a vécu cette maladie, on se comprend mieux. On perd sa mobilité, c'est une maladie angoissante. Et à 80 %, c'est le moral qui joue. On est donc aussi là pour chercher des solutions qui aident sur le plan psychique, à travers la médecine douce. Elle évite les effets

secondaires très importants des autres médicaments. »

■ Effectivement, même si le sujet est grave, l'ambiance est décontractée. Chacun témoigne. « Le handisport, ça a été comme une bouée de sauvetage pour moi, poursuit Mado. Cela permet de trouver des moyens pour vivre sa vie. Nous avons besoin des personnes valides pour faire ça. »

■ Sylvie, d'Embrun, « refuse que la maladie prenne le dessus ». « Je ne me servirai pas d'une canne. Sylvie était très sportive. Autour de la table, une autre personne était danseuse classique.

**Audrey LUNGO**

**POUR EN SAVOIR PLUS**  
Association des paralysés de France, délégation des Hautes-Alpes : 04 92 51 68 71 et [accueil@apf05.fr](mailto:accueil@apf05.fr).



# VOTRE RÉC

**SANTÉ**

## Échanger, informer sur la sclérose en plaques

■ L'association des paralysés de France organise, lundi, une journée pour échanger sur la sclérose en plaques. Elle se déroulera de 11 heures à 16 heures, à la Manutention, salle Vauban, à Embrun. Elle permettra à ceux qui le souhaitent de s'exprimer

et faire connaissance en partageant un moment convivial, pour se rencontrer, échanger, entreprendre, informer sur cette maladie. Renseignements par téléphone au 04 92 51 68 71 ou par mail à [accueil@apf05.fr](mailto:accueil@apf05.fr) ou sur Internet : [www.apf05.fr](http://www.apf05.fr).