

# PASSAGE EN VERCORS : UNE AVENTURE MONTAGNARDE

ou

L'escalade bientôt remboursée par la sécurité sociale ?

*par Arlette Pommeyrol*

[www.passageenvercors.org](http://www.passageenvercors.org)



Puisqu'il s'agit de raconter ses aventures montagnardes, j'ai pensé que je pouvais vous raconter la mienne ; aventure oui, mais comme souvent, pas au sens où je l'entendais.

Parisienne toute ma vie, j'ai découvert l'escalade plutôt tardivement au cours de sorties à Fontainebleau, bientôt conquise par l'activité, son cadre et par la bonne humeur bienveillante qui règne au pied des rochers. Conquise aussi par les bienfaits toujours renouvelés de cette activité qui oblige à se concentrer, à être présent à soi même et à ceux qui nous accompagnent. Bref, « scotchée » par quelques gumistes encourageants je suis devenue accro. Les lundis parfois un peu douloureux, mais

le reste de la semaine plutôt plus en forme que les lundis sans bobo.

Quelques escapades alpines étaient restées sans suite pour cause de genou défaillant. Alors poussée par certains je me suis enhardie jusque dans le Vercors et suis restée subjuguée par l'ambiance qui y règne : Presles, haut lieu de l'escalade calcaire, où j'ai été accueillie par quelques grimpeurs chaleureux, est devenu mon Centre Ressource.

Il faut dire que j'avais bien besoin de me ressourcer, happée par un travail merveilleux mais assez anxiogène quand même, qui m'obligeait à puiser sans cesse dans mes ressources personnelles pour faire face à la douleur. Mon métier : cancérologue.

L'âge et l'expérience aidant, je trouvais que mon métier m'intéressait surtout pour l'accompagnement des personnes, que c'était là que je pouvais exercer au mieux mes compétences. Mon idée pour chaque nouveau « patient » (quel vilain nom !) rencontré était de l'accompagner vers l'Après Cancer.

Convaincue depuis longtemps de l'intérêt de l'activité physique sur la santé, (surtout appliquée en quantité raisonnable), mais je fus vraiment interpellée comme beaucoup de mes collègues quand je lus que l'activité physique améliorerait le pronostic des patients : non seulement ils sont plus en forme, mais en plus ils font moins de rechutes et vivent plus longtemps. En bref, un médicament efficace, peu toxique, pas très cher qui allie l'utile à l'agréable.

Christine Janin, première femme française en haut de l'Everest, médecin elle aussi, avait monté « A chacun son Everest » pour les enfants traités pour une leucémie il y a 20 ans, je décidais de partir moi aussi pour l'aventure : le Vercors, beaucoup moins ambitieux mais aussi plus conforme à ma personnalité plutôt discrète.

A l'heure où certains prônent le Lâcher Prise, j'ai pensé que l'escalade pouvait être un bel exercice pour des convalescents d'expériences existentielles toujours difficiles.

Et hop !

Après de longs mois de gestation assez difficile Passage en Vercors est né : une association qui propose aux personnes ayant été traitées pour un cancer, des séjours réparateurs, un temps pour soi, pour se retrouver face à soi même, pour reconstruire une vie un peu malmenée, plus jamais comme avant. Une semaine entre parenthèse pour, un peu à l'abri du quotidien, tester différents types d'activités physiques accompagnés par des professionnels de la montagne et de la cancérologie. Pour reprendre confiance en soi. Et aussi des produits du terroir, un paysage à couper le souffle, du calme, du partage. Et aussi des massages. Et des



entretiens pour oser poser sans temps minuté, à un médecin, toutes les questions qui passent par la tête (et auxquelles il n'y a pas forcément de réponse, bien sûr).

Passage en Vercors a commencé son travail en mai 2015, et a depuis accueilli 55 personnes, toutes enchantés par ce Passage.

Entre 34 et 76 ans, tous les Passagers se sont engagés pour une ballade sur une vire, une petite voie en école d'escalade, et/ou un petit rappel. Nous avons vu les visages et les sourires s'ouvrir et nous sommes émerveillés par ces petits miracles, par tous ces partages et la bienveillance qui a toujours été présente au cours des séjours.

Personnellement j'ai troqué la blouse blanche contre une mallette de VRP, pour faire connaître l'association et trouver de quoi la faire vivre. Et ce n'est pas facile...

Malgré les nombreuses publications médicales sur l'intérêt de l'activité physique en cancérologie (y compris sur le plan médico économique), malgré un des volets du Plan Cancer 3 qui souligne l'importance du travail sur l'Après Cancer, malgré la dernière loi de santé qui prévoit la prescription médicale d'activité physique, pour le moment nos séjours ne sont pas remboursés, parfois pris en charge par une mutuelle ou une association de patients.

Nos Passagers sont devenus de très bons ambassadeurs et d'autres associations se créent vers de belles aventures humaines.