

## Fédération Française de Cyclotourisme (F.F.C.T.)

### Ligue Languedoc-Roussillon. CODEP 48 (Emmanuel INESTA)

#### Août 2011 : Images noires sur la Maurienne

En cette fin Août 2011, notre CODEP a renoué avec la tradition du week-end très formateur en haute montagne, avec un retour dans les Alpes et dans la Maurienne où nous étions déjà venus en 2001, voici dix ans. Ce retour était intéressant pour tous, ceux qui y étaient alors présents, mais aussi ceux qui allaient le découvrir.

A l'époque, frigorifié par un froid avec le vent venu directement du Mont-Blanc et voyant ma voiture redescendre alors que j'étais à 4 km du sommet du Galibier, je m'étais arrêté pour redescendre jusqu'à Valloire en attendant le groupe pour déjeuner. Il faut dire aussi que j'avais la tête bien encombrée par la perte récente de deux copains (l'un de Sète en vélo, et un jeune de Balsièges), qui étaient devenus pour moi de véritables amis..

Aussi, j'avais répondu présent à la propositions du Codep pour revenir dans la Maurienne, le Galibier étant d'emblée inscrit au programme du premier jour. Le séjour était bien conçu, puisque pour ceux qui n'envisageaient pas cette montée précédée de celle du Télégraphe (ce qui est évident depuis la Maurienne), il y avait deux variantes moins difficiles, et de même pour les autres demi-journées, le parcours le plus long étant de 98 km . Bien que blessé au coude gauche au début janvier (avec des séances de kiné pendant deux mois), j'avais ensuite fait de longues sorties en solo pour tenter de revenir simplement à mon niveau habituel dans la montagne. Aussi, et du fait que l'épouse d'un autre cyclo mendois était une « payse » de Janine ma compagne, c'est avec plaisir que je nous avais inscrits pour le voyage en car, le vélo étant déposé la veille sur la remorque.

Le 26 août au matin, ce fut donc le départ collectif avec ces moments sympathiques de retrouvailles entre les volontaires des quatre clubs cyclos lozériens.

Si la nuit avait été courte, autant dire que pour chacun, les moments de récupération (même « sonores ») dans le car étaient appréciés.

Nous voici déjà à Saint Julien-Mont Denis vers midi, et l'installation à l'Hôtel Lancheton bien confortable, et où nous sommes bien accueillis. Après un bon repas, départ. Cependant, compte tenu du temps, bien frais avec des nuages peu sympathiques et un vent assez fort, il est décidé collectivement de remettre au lendemain matin la montée Télégraphe puis Galibier, et ne faire présentement que la montée du col de Chaussy ou la Vallée basse de la Maurienne. J'opte pour le col de Chaussy que je n'avais pas monté il y a dix ans et qui m'est complètement inconnu. Nous sommes, je crois, 15 à partir pour cette randonnée et nous prenons une petite route qui va traverser Saint-Jean de Maurienne après plusieurs carrefours « à l'anglaise » pour arriver à Hermillon, au bas du col. Là, ça commence à monter par la RD 77 avec des pourcentages un peu forts, mais la montée est fluctuante par les pourcentages. Au village « Le Châtel », une entreprise effectue des travaux communaux qui rendent provisoirement la route à l'état de chemin. Dans ce cas, je descends toujours du vélo et le pousse à la main quelques minutes jusqu'au bout du chantier. Quand je repars, les pentes sont de nouveau très « fluctuantes », ce qui indique que cette route a été conçue, lors de sa création, pour relier au mieux les lieux habités en utilisant le relief et les chemins déjà existants. Jusqu'à Montvernier, cela peut être considéré comme une montée « moyenne » mais l'étroitesse de la route ajoute à la difficulté des pentes. A partir de ce village, c'est une route en lacets qui nous attend, de quoi sembler s'envoler quelque part au-dessus de la vallée. C'est tout d'abord Le Noirey qui surplombe Montvernier, puis Montbrunal qui surplombe les deux, avec des parties dans la forêt et d'autres sans grande végétation que l'herbe de

montagne. Cependant, contrairement à l'étiquette de « facile », ce col semble bien long. En effet, indiqué pour 48 km aller-retour depuis notre hôtel, il continue « allègrement » de faire grimper les cyclos. Certes, le paysage est magnifique et il faut le « gagner », mais après ce dernier village, plus de lieux habités pendant plusieurs kilomètres. La route a changé d'ailleurs plusieurs fois d'orientation et certaines pentes deviennent bien rudes. Bien chaud, j'ai accéléré depuis un bon moment et je fais bien « corps » avec la machine, ce que j'ai bien particulièrement compris depuis plus de 15 ans lors de ma montée en solitaire du Ventoux par Bédoin le 17 août 1996, par 35° à l'ombre au départ (ne pas recommencer...). A un certain moment, il y a des travaux de confortement de la montagne qui réduisent la chaussée. Soudain, je me retrouve face au vent à cette altitude et j'évite quand même trois fois qu'il me renverse. Toutefois, ça commence à m'inquiéter, mais je continue. Je passe à Montpascal, près de son cimetière et sa petite église. Un peu plus loin, je vois la borne du 15° kilomètre, puis celle du 16°. Plus loin encore, je vois le sommet, mais, je ne sais pas pourquoi, je m'inquiète vraiment car je fais face d'un coup à des nuages noirs qui ne sont pas loin, le vent souffle de plus en plus fort et il fait de plus en plus froid. J'en ai marre, je l'avoue. Je suis à quelques hectomètres de ce sommet à 1532 m, mais j'ai peur par rapport au temps. Alors, je m'arrête. Tant pis, je n'ai de toutes façons plus rien à prouver. Je me soulage et je commence à redescendre, car il faut le savoir : au sommet du col, c'est ensuite une route forestière, d'où l'obligation de revenir directement pour nous dans la vallée de la Maurienne. Ma descente sera assez lente en fonction du froid et du vent (c'est évident pour ceux qui me connaissent). Je croise ceux et celles qui montent, certains n'étant pas passés par la même route que nous pour aller à Hermillon. Ma descente est donc bien prudente. Cependant, le vent et le froid s'y mêlant, en revenant sur Le Châtel, je me sens un peu fatigué. Sur le chantier, je pousse encore le vélo et un peu plus loin, je rebois encore une fois et mange deux barres de céréales. Quand je repars, je suis rejoint rapidement par deux cyclos de St-Chély qui m'attendent en bas, à Hermillon, au rond-point du carrefour de la vallée.

Nous sommes trois à ce moment-là et nous décidons de partir ensemble, les deux copains voulant me « couper » le vent. Bonne idée car ça devient très dur. Cette fois, nous prenons ce qui est devenu la RD 1006, route alpine très importante en fonction de la proximité avec l'Italie. Il nous reste environ 8 km pour rejoindre notre hôtel. Nous passons devant St-Jean de Maurienne. Il y a de la circulation, mais c'est acceptable. Pas de frôlement des autres usagers, pas de coup de klaxon intempestif. Les deux copains sont devant moi, et un feu rouge nous réunit. Ensuite, deux usines sur la gauche, puis, soudain, un branchement particulier de la SNCF qui traverse la route. Attention, c'est le piège. Malheureusement, si le premier barraband passe bien les rails, ce n'est pas le cas de J-B qui prend notamment sa roue arrière dedans et tombe. Je suis à une dizaine de mètres de lui quand ça arrive. Nous étions à 25 km/h. J'ai une seconde et demi pour l'éviter, car je me dirige droit sur lui, son vélo pardessus. Il me regarde, et moi aussi. C'est la même impression : il pense que ses derniers instants sont arrivés, et moi, que je vais lui donner la mort, que je vais le tuer. La situation est désespérée. L'image est horrible. C'est l'horreur absolue. Dans un éclair de temps, je donne un coup de guidon à droite (comme un coup de volant en voiture) et je parviens à l'éviter. Malheureusement, je me déséquilibre côté droit, je ne peux pas me reprendre, et le vent m'emporte. Je tente vainement de freiner, mais le sol se rapproche, et soudain j'entends un grand choc. Je suis par terre, au milieu de la chaussée. Dans la chute, j'ai pu dégager mon pied gauche, mais pas le droit.

A ce moment précis, je suis à la merci d'un automobiliste trop pressé, ou d'un fou qui veut doubler tout le monde. Je fais face au ciel et je comprends que ma vie tient alors à un fil. Du fond de mes tripes, je pousse un hurlement hors du commun, je ne sais d'où il sort. Je hurle à la mort, ou plutôt je hurle à la Vie pour qu'elle me soit épargnée. Près de moi, vient une dame blonde, de corpulence moyenne avec une robe bleue, qui arrivait en face en voiture. Elle a vu

ma chute. Elle s'est arrêtée et a mis ses warnings. Pendant un temps qui semble infiniment long, la circulation s'est aussi arrêtée. Je demande à la dame de me dégager le pied droit. Elle y arrive, mais quand je veux toucher le sol avec ce pied, je n'y parviens pas. Mon mollet droit est recourbé vers la cuisse et je ne peux rien bouger. J'ai horriblement mal, comme si une cassure définitive était arrivée. J'ai aussi mal à l'épaule droite. Toutefois, je ne perds pas connaissance et je demande aux deux copains de m'amener doucement vers le bas-côté. Ils finissent par m'asseoir sur une murette qui sépare la route de la voie ferrée, mais je ne peux toujours rien bouger de la jambe droite. La dame reste près de nous. Comme je le lui demande, elle met mon vélo en sécurité, et sur notre demande elle appelle alors les pompiers. Gênée par quelque chose pour son appel, elle se met près de nous, mais trop près de la voie ferrée. Incroyable : un train de voyageurs arrive derrière elle !! Quand nous voyons la situation, nous lui crions : « Attention, Madame, derrière vous!! » Elle comprend. Heureusement, le chauffeur du train l'a vue. Il klaxonne, et elle se rapproche de nous. Ouf !! Là aussi, c'est passé vraiment près. Nous venons encore d'avoir eu très peur. La dame obtient enfin les pompiers, et restera avec nous jusqu'à leur arrivée. Elle partira seulement ensuite. Elle a eu un comportement particulièrement exemplaire que je tiens ici à saluer.

Merci mille fois à cette dame envers qui je peux en être grandement reconnaissant..

Quand les pompiers arrivent, ils commencent par baliser l'endroit pour le sécuriser. Mes deux copains cyclos expliquent à leur chef ce qui s'est passé. Ensuite, celui-ci me demande où j'ai mal. Je lui explique pour la jambe, mais quand il veut me mettre debout, il sent que j'ai aussi mal à l'épaule droite. Il craint que j'en ai une luxation. Il m'interroge cependant pour bien savoir les choses. Dans mes vêtements, les pompiers trouvent mes coordonnées personnelles et plusieurs objets (téléphone portable, barres de céréales, mouchoirs en papier, et un petit couteau dont j'explique que ça m'a toujours paru utile pour couper quelque chose en cas de besoin). Je ne perds pas conscience pendant que le chef des pompiers m'interroge. C'est même moi qui vais lui dire le lieu et le nom de notre hôtel d'hébergement. Cependant, à partir d'un certain moment, ma vue se trouble et je commence à avoir sommeil. Mon interlocuteur s'en aperçoit vite et me dit : « Non, Monsieur, surtout ne vous endormez pas, répondez-moi ». Il décide alors de me faire mettre dans la coquille du camion. A cet instant précis, un autre train arrive derrière nous en klaxonnant et force un jeune pompier près de la voie à se rapprocher de nous. Il sent le souffle du convoi. dans son dos...

L'ombre sordide et horrible de la mort brutale venait de planer quatre fois au-dessus de nous en quelques minutes...

Les pompiers doivent me remettre la jambe horizontalement pour me placer dans la coquille. Ouh !!, et le camion démarre en direction de l'hôpital proche. A notre arrivée, il y a 4 membres du SAMU 73 qui, avec les 4 pompiers, font triste mine en me voyant. Je me demande ce qui va m'arriver désormais. Au bout de quelques minutes, car il y a un autre blessé à la clavicule dans la partie de notre groupe qui a roulé dans la basse vallée de la Maurienne, je passe les radios : luxation assez légère de l'épaule droite (remise en place directement à l'hôpital), mais surtout une cassure nette de la tête du fémur droit. Je suis placé alors dans une chambre particulière où le chirurgien de service vient me voir. Deux solutions sont possibles : ou il me place une plaque métallique avec des vis à l'endroit de la fracture, mais c'est 45 jours sans poser le pied à terre, ou il me place une prothèse de hanche (P.T.H.) et je peux poser le pied à terre dès le lendemain, avec 12 à 14 jours à l'hôpital avant d'aller en Centre de rééducation. Je lui explique que nous sommes venus en groupe spécialement de Lozère pour nous attaquer à des sommets de col célèbres, et que nous ne connaissons personne à St-Jean de Maurienne et ses alentours. Je lui demande si je me peux me faire ramener à l'hôpital de Mende. Cela va nécessiter plusieurs coups de fil avec son homologue de service chez nous. Le docteur Marek SPODENKIEWICZ est « surbooké » en ce week-end.

Par ailleurs, je ne peux être opéré avec une prothèse que le mercredi suivant (31 Août) et pour être ramené à Mende, il faudrait une place disponible à l'hôpital..

Je demande à Christian LALLIER, mon Président de Club, et à Francis VALADIER, celui du CODEP 48, comment faire avec la F.F.C.T. En début de soirée, viennent plusieurs amis dont Janine, ma compagne, et sa « payse ». Triste visite, pour moi et pour Janine, qui reconnaît depuis longtemps aimer fortement la grandeur et la beauté des Alpes. Il a fallu bien du tact aux copains pour lui expliquer que j'étais à l'hôpital et qu'ils ne savaient vraiment pas ce que j'avais. Aussi, si sa venue et celle des autres est un réconfort, elle sonne aussi pour elle et pour moi comme une terrible fin de course pour ce week-end que nous avons attendu tous les deux plein d'espoirs pour des moments superbes dans la haute montagne.

La nuit et les jours suivants, je vais faire « connaissance » avec la morphine pour les douleurs, et le Lexomil, dont je demanderai à n'avoir que la moitié de la dose prévue.

Ma jambe droite a été rasée le soir comme pour une opération, et je n'ai pas mangé.

Au réveil, cependant, petit déjeuner. Puis, le temps s'écoule. En fin de matinée, puis en début de soirée, longue visite de Janine et de plusieurs autres membres du groupe. J'ai de la peine, pour moi, mais surtout pour Janine, et pour J-B. Quand il est tombé, l'image de nos regards l'un vers l'autre est vraiment terrifiante. Elle va me poursuivre de nombreux jours. Je vais avoir beaucoup de mal à l'oublier. Quant au reste, je pense que je m'en tire quand même assez bien, mais ce n'est pas fini. Janine et d'autres reviendront me voir le dimanche matin et juste avant de repartir sur Mende. En milieu d'après-midi, le chirurgien de St-Jean de Maurienne vient me prévenir qu'une place est désormais disponible à l'hôpital de Mende en chirurgie B. J'appelle alors le service de rapatriement, ce qui est fait par une ambulance de la Maurienne le lundi 29 à partir de 8H 30. Nous arrivons à Mende peu avant 13H avant mon installation à la chambre 218 en Chirurgie B. Je préviens Janine, Christian LALLIER et Francis VALADIER. Le docteur SPODENKIEWICZ vient me voir et, en fonction du dossier, fixe l'opération P.T.H. pour mercredi matin. Cela se passera en fin de matinée, et je vais avoir un réveil difficile...mais bon, après avoir un peu affolé l'infirmière, le responsable du réveil vient me calmer et je suis ramené dans la chambre. Je vais y passer plusieurs jours pendant lesquels j'ai eu de nombreuses visites et coups de fil. Aux amis extérieurs au vélo, j'ai beaucoup de mal à raconter ce qui s'est passé. Je ne peux contenir l'émotion qui me prend systématiquement par rapport à la chute de J-B. Je quitterai l'hôpital de Mende le mardi 13 septembre pour aller au Centre de rééducation de Florac, qui forme un site commun avec l'Hôpital local et la Maison de retraite.

Là, le docteur Thibaud BOUNAN va m'indiquer l'essentiel du séjour. J'y resterai jusqu'au 11 Octobre, soit 4 semaines, avant de retrouver mon chirurgien pour la visite de contrôle qui s'est avérée sans problème, la prothèse étant bien en place, les quelques instants sporadiques de douleur étant normaux. L'efferralgan fait son effet...

\*\*

Je précise qu'à Florac, les soins des deux kinés, Madame Catherine CASTEL et M. Christophe BELTZUNG, et ceux avec les conseils de Madame Mireille BENOIT, ergothérapeute, ont été précieux et efficaces. Sa brochure de conseils suite à une prothèse totale de hanche (donc P.T.H.) me paraît devoir être donnée aux patients dans un hôpital, dès le lendemain d'une opération de ce type. Par ailleurs, je tiens à remercier l'ensemble du personnel infirmier, et de service auquel j'ai eu affaire dans les trois hôpitaux : à St-Jean de Maurienne, à Mende, et à Florac, le docteur SPODENKIEWICZ, mon chirurgien, le docteur Ahmed BAROUDI, Chef du Service de Chirurgie B qui m'a dirigé sur Florac pour les soins, Montrodât étant totalement indisponible à l'époque, et le docteur BOUNAN.

Je remercie aussi, bien entendu les pompiers, et tous ceux, membres de la F.F.C.T. ou copains et amis, et ma famille, qui se sont manifestés auprès de moi par leurs visites ou leurs coups de fil, sans oublier ma compagne Janine pour son dévouement exemplaire.

Je ne dois pas oublier que j'ai désormais en moi quelque chose de « rapporté » qui me vaut une vigilance encore plus accrue au quotidien. Alors, quid du vélo ? Avec mon vélo d'appartement et si possible à la salle du C.H.M.M. (club de musculation), j'espère bien y remonter sur la route au début du printemps prochain, car nous approchons actuellement de l'hiver et il n'est pas question pour moi de me mettre en danger malgré la passion que j'ai pour la petite reine. Pourrai-je un jour monter enfin intégralement le parcours Télégraphe-Galibier depuis St-Jean ou St-Michel de Maurienne ? Je ne sais pas, je n'en sais rien, comme pour les célèbres montées que nous avons en Lozère ( la Jalabert 73 fois, Les Vignes, La Malène, Ste-Enime, Molines, Mont-Lozère, les montées sur l'Aubrac, Le Choizal près de 250 fois,...) ou dans le Languedoc-Roussillon, comme le St-Clair à Sète (44 fois), La Luzette (dans le Gard), Arboras (Hérault), ou La Madeloc (P-O) depuis Port-Vendres jusqu'au pied de la Tour. J'ai confiance dans ce que disent les kinés qui me soignent désormais.

D'autres choses sont certaines : depuis plus de 15 ans avec l'appartenance à mon club F.F.C.T. et au CODEP 48, les joies que le vélo m'a procuré sont presque indicibles et difficilement communicables. Avant de démarrer, regarder vers le sommet, tenter de décrypter la montée avec ses pièges et ses pourcentages, se confronter à chacune en essayant de se regarder au fond de soi comme devant le miroir du quotidien avec des doutes au départ, et pour toujours Salut aux Alpes, aux Pyrénées, et au Ventoux (où le 17 Août 1996, seul avec moi-même, malgré une cheville sérieusement blessée et un temps « à la Simpson », je réalise mon Exploit majeur depuis Bédoin sans connaître du tout le parcours...).

Désormais aussi, je ne dois plus considérer que j'ai 30 ans dans ma tête dans la haute montagne, mais bien 64 comme dans les jambes et le corps tout entier.

Enfin, en précisant bien que mon casque a « morflé » le 26 Août dernier (je vais devoir le changer, ce qui signifie bien des choses...), et malgré les blessures, malgré les douleurs, merci à tous, merci à la Vie, car je peux le confirmer comme le chantait si bien Jean FERRAT\* : « Que c'est beau, c'est beau la vie ».

\* Depuis le 13/03/2010, celui que j'appréciais déjà énormément pour son courage et son talent fait partie pour moi du Panthéon de la chanson française, au même titre que Georges BRASSENS, Jacques BREL, Léo FERRE, Daniel BALAVOINE, COLUCHE et Yves MONTAND (pour eux deux avec l'ensemble de leur œuvre), Edith PIAF et BARBARA.

Avec un grand Salut à tous,

Le 23/10/2011.

Signé : Emmanuel INESTA  
Délégué Régional Languedoc-Roussillon  
et Délégué Départemental Sécurité F.F.C.T.  
Route de Florac  
48000 BALSIEGES

N.B. : Je vais adresser copie de ce texte à M. le Maire de St-Jean de Maurienne.