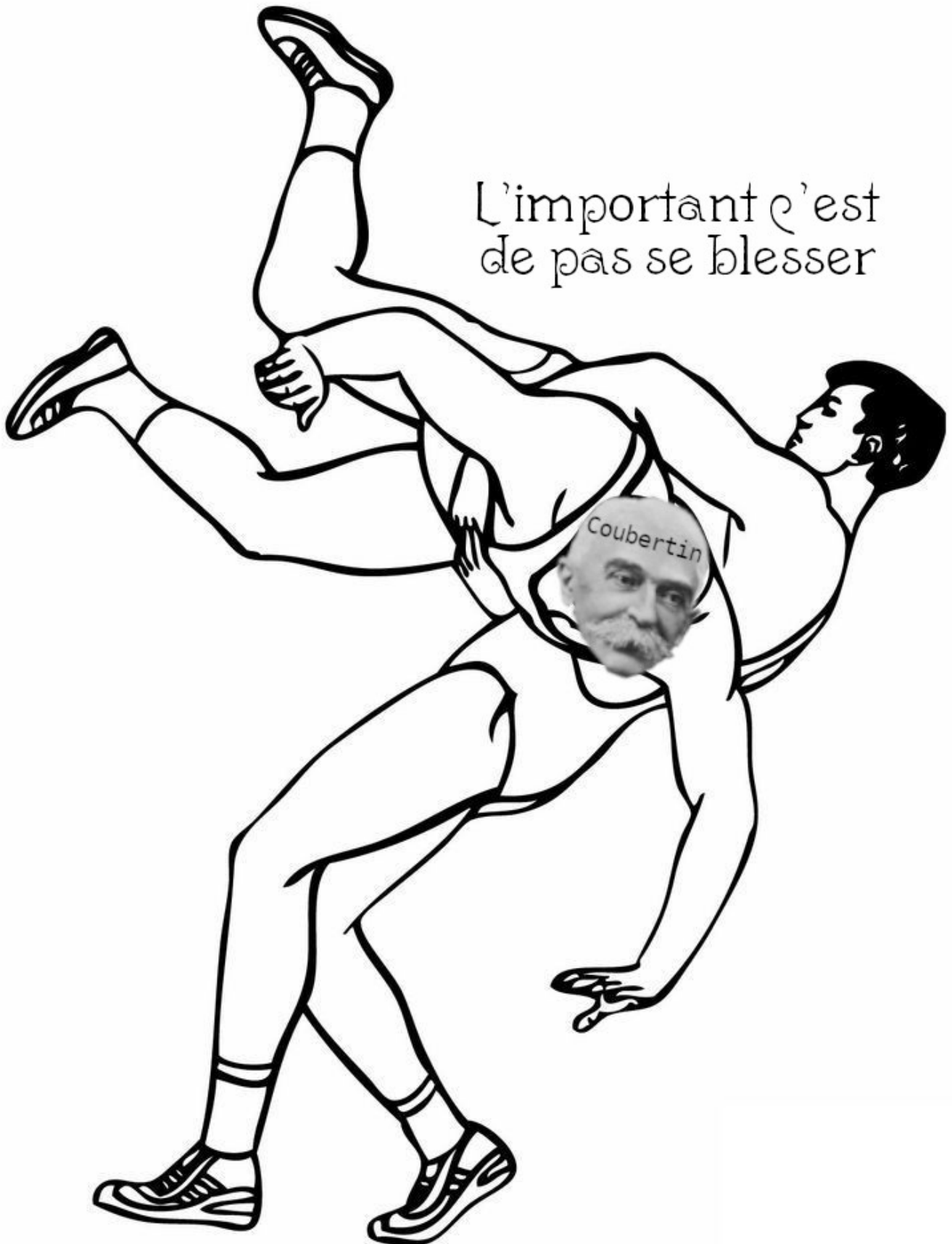


# Contre le sport (et le validisme)

L'important c'est  
de pas se blesser



J'écris ce zine, en prenant comme source d'énergie ma rage, vous comprendrez bientôt pourquoi.

J'ai été récemment (il y a deux jours) diagnostiquée par une médecin d'arthrose. A 25 ans, et après autant d'années de douleurs aux chevilles, j'avais finalement un mot de professionnelle de la santé qui contenait les mots « douleurs chroniques ». Récemment, dans mon activité de mécanicienne cycles, j'avais de plus en plus de mal à supporter les journées de travail, au point d'en rentrer chez moi sans pouvoir marcher.

Alors pour illustrer cette sensation de diagnostic, je mettrai un mélange de seum et de soulagement. Mais pour atteindre la rage, il faut reprendre mon parcours.

Comme d'hab, ce zine va avant tout parler de moi. C'est un moyen d'extérioriser un peu tout ça, de partager mon vécu, en espérant que ça aura un impact, même si ce n'est que l'impact d'une pichnette contre la montagne du validisme.

Alors mon parcours c'est quoi ?

Tout commence par une naissance ternie par des pieds bots (légers) et des tendons d'achille trop courts. Résultat, un manque de mobilité de la cheville. Sauf que mes parents ont décidé qu'il fallait que je sois absolument capable de marcher, et surtout courir, pour mener une vie athlétique. Avoir un gosse qui boite, impensable !

Alors j'ai été opérée à peine quand j'ai su marcher. J'ai ensuite passé mon adolescence à subir des tendinites de par mes tendons trop affinés par l'opération. Avec les immobilisations et les longs mois de béquilles qui s'en suivent systématiquement.

Quelque part entre mes 10 et 12 ans, seconde opération, plus lourde. Le chirurgien m'explique alors avec un sadisme quasi annoncé qu'ils allaient racler mon tendon pour l'affiner et gagner en souplesse, ainsi que déplacer quelques morceaux d'os, de ci de là. Je me souviens de cette consultation. Quand le chirurgien en a eu fini, la première question de mon père fut à peu près : « Et, il pourra faire du tennis ? Courrir ? Du rugby peut-être ? ». La moue dubitative du médecin ne l'a pas convaincu, mais c'est sans compter l'obstination de mes parents à me rendre athlétique. Ainsi, dès que je fus remise de l'opération, je devais me remettre au sport.

La piscine pour la rééducation ? Bon, pourquoi pas.

L'escalade pour la souplesse ? Mouais.

La course à pied pour contrer ma « surcharge pondérale » ? Bah non !

Le badminton pour me dépenser un peu plus ? A chaque séance, quand je ne séchais pas, j'y allais à contre coeur.

Voilà l'objectif ; même si ça veut dire être dans le déni, il nous faut un gosse mince, valide et sportif. Et quoiqu'il en coûte, il va intégrer ça dans sa cervelle. Quoiqu'il en coûte, même la santé.

Bon, moi mon sport favori, c'est de décevoir mes darons. Voici donc les mouvements de base ;

1) Transitionner

2) Ne pas faire de boulot très chiant bien que payé

3) Vivre d'allocations

4) Grossir

5) Ne pas faire de sport

6) Avoir un handicap psy

J'étais devenue imbattable à cette discipline !

Au fur et à mesure que je progressais dans cette nouvelle activité a-sportive, je déconstruisais ce que m'avaient dit ma famille.

Non, être en bonne santé c'est pas être mince.

Non, être respectable c'est pas être cis-het.

Non, être valable dans la société n'est pas être valide.

Alors je commençais à davantage écouter mon corps. Et les douleurs qui n'ont jamais cessé depuis ma naissance.

Après des mois de souffrances, je prends enfin rendez-vous avec ma médecin, pour lui parler de mes douleurs aux chevilles. Son verdict est clair. Malgré mon jeune âge, j'ai de l'arthrose. Probablement due aux opérations et immobilisations subies dans ma jeunesse, celles qui ironiquement me prédisposaient à une vie valide, quoiqu'en dise la génétique qui m'a dotée de cette paire de pieds défectueuse.

Voilà. On l'atteint la rage. Contre mes parents et le corps médical. Aujourd'hui je ne fais pas de tennis, mais plutôt j'ai même pas une activité sociale épanouie à cause de mes douleurs.

Aujourd'hui, à cause de tout ça, je suis traumatisée des kinés et ne supporte pas qu'on me touche le pied.

Aujourd'hui, j'ai des douleurs chroniques, dont je relie la cause directement à l'handiphobie de mes parents.

J'utilise volontairement le terme d'handiphobie parce qu'il me semble encore plus pertinent ici que celui de validisme. On va flinguer la santé de notre gosse à long terme, par peur qu'iel ne puisse pas être valide. Par peur qu'iel soit handi-e. Le sport c'est la santé ; non. Le sport est mauvais pour la santé. L'activité physique, raisonnable, elle, peut être bénéfique.

Cessez de forcer les autres à dépasser leurs limites pour vos idéaux validistes.