

Jour 1 – Rencontre

Endormie à poings fermés, je sens tout à coup les battements de mon cœur qui s'accélèrent, je transpire, j'ouvre un œil paniquée : aurais-je oublié l'heure ? Heureusement, il n'est que quatre heures du matin. Je peux me rendormir pour trois heures durant. Je suis si heureuse et impatiente de partir respirer le bon air de la montagne.

Dix heures du matin, mon fils et moi-même appareillons. Comme il n'a pas le permis, premier obstacle, je dois prendre le volant pendant cinq heures car la route est annoncée de couleur noire. Bouchons et stress assurés.

Après deux heures de route très encombrée, « la pause s'impose ». Nous allons nous garer sur une aire d'autoroute comme des dizaines de vacanciers. Difficile de trouver une place. Je m'approche de la station-service, je saisis la poignée de la porte, je l'ouvre et là, je tombe nez à nez sur notre médecin

de famille. Tout aussi incroyable qu'improbable ! C'est d'ailleurs bien grâce à lui que je suis là ce matin après une grippe avortée par la vaccination.

Nous souhaiterions aller dans des toilettes chauffées mais devant une telle foule il faut se résigner, dirigeons-nous à l'extérieur, nous séparant en nous souhaitant un excellent séjour, un petit renforcement est alors le bienvenu !

Nous continuons notre parcours, il y a tellement d'embouteillages que nous avons le temps de prendre nos sandwiches. Il est plus de midi. Je renforce ma vigilance avec 50 µg de Flucortac® et 5 mg d'Hydrocortisone® sans augmenter les doses. Je remarque que je transpire un peu et ai besoin de m'hydrater souvent. Nous sommes contents d'arriver, de nous installer et de nous reposer.

Jour 2 – Début périlleux

8 h 30 : lever des troupes, impatients d'en découdre avec l'or blanc. Et là, nous allons être servis. Soleil généreux et température plutôt fraîche : - 20 °C avec un ressenti de - 30 °C ! Collants de rigueur, trois pulls, sous-gants, bonnet sous le casque, écharpe... Protection maximum. 1 600, 2 000, 3 000, jusqu'à 3 400 mètres d'altitude : je n'ai pas froid et je transpire beaucoup en commençant à m'élancer sur les larges pistes. « Demain, je penserai à emporter de l'eau. » Midi, nous redescendons prendre un déjeuner équilibré au chaud, l'esprit ravi de tous ces merveilleux panoramas. Insuffisance surrénale ? Je m'estime plutôt en bonne santé puisque je skie aux côtés d'un adolescent et arrive à le suivre. Sa compagnie me permet de me comparer au niveau de la résistance et de l'apparition de la fatigue. Jusqu'à présent, rien de différent. Le ski en températures négatives, en haute montagne, c'est possible !