

Courir pour mieux se trouver

Du 30 janvier au 6 février, la Romontoise Isabelle Macheret participera à un raid de 220 km dans le désert de Mauritanie, afin de récolter des fonds en faveur d'enfants handicapés. Après une maladie qui l'a longtemps affaiblie, la jeune femme peut enfin écouter sa voie intérieure: l'humanitaire.



Isabelle Macheret: «Le geste de donner, ça enrichit énormément. Et je me dis que si cela a fonctionné pour moi, d'autres peuvent vivre la même chose»

Isabelle Macheret court. Pas pour fuir, mais pour s'élancer vers la vie dont elle rêvait, celle pour laquelle elle se savait faite sans oser y croire. Epileptique, elle a pu être soignée grâce à deux opérations. Depuis, c'est une autre vie que dévore la jeune femme de 29 ans. Et si elle ne pratique la course à pied que depuis quatre ans, aujourd'hui, c'est pour le Raid Sahara qu'elle s'entraîne. Une course de 220 km à parcourir en cinq étapes, à laquelle la Glânoise participera fin janvier afin de récolter des fonds en faveur d'enfants handicapés. «Il y a dix ans, jamais je n'aurais été capable de faire ça. Mais depuis ma guérison, j'ai conscience d'être une privilégiée et j'ai envie de partager. Surtout, j'ai confiance en la vie, en les autres, et en moi-même.»

Le Raid Sahara n'est pas son coup d'essai. Employée par l'entreprise bulloise Fire System SA – qui finance son inscription à la course à raison d'un peu plus de 3000 francs – Isabelle Macheret a, cet automne, travaillé bénévolement dans un dispensaire du Togo. «Ce désir d'humanitaire, je l'ai toujours eu en moi. Mais je n'ai pas pu et pas voulu l'écouter. Il remonte à mon enfance. Deux de mes grands-oncles et une grand-tante étaient missionnaires au Pérou, j'écoutais leurs histoires. Aujourd'hui, j'ai dû m'ouvrir aux autres pour me découvrir moi-même.»

Le mois passé en Afrique a laissé des traces. «Je travaillais dans un foyer de charité. Je voulais voir comment c'était et, à mon échelle, apporter un peu d'aide à des gens qui n'ont rien. Au Togo, j'ai dû aller au bout de moi-même pour supporter les conditions de vie, mais aussi toute la souffrance et le malheur de la population.» Un événement, surtout, a bouleversé la jeune femme: «Un épileptique de trente ans est mort sous mes yeux. Moi, une opération avait pu me sauver. Je me suis dit que j'avais beaucoup de chance, mais les gens que je côtoyais possèdent une grande richesse. Ils acceptent ce qui arrive et aiment la vie. Surtout, ils sont solidaires de

tous les instants.» La Glânoise en a tiré des leçons: «Désormais, je regarde en avant, même si je sais qu'il faut se battre. Ma maladie était un passage obligé pour arriver où j'en suis aujourd'hui.»

De formation bancaire, Isabelle Macheret compte désormais consacrer une part plus importante de sa vie aux autres. «Je n'ai pas encore de projets précis, mais j'aspire à aller dans ce sens-là. J'ai pris des contacts avec certains organismes humanitaires, je verrai ce qui se passera. Heureusement, mon patron et mes collègues sont très compréhensifs. Ils s'organisent pour que je puisse mener à bien ces différents projets. Que l'entourage professionnel soit à l'écoute est très important.»

De femme fragile à athlète

De femme fragile et malade, Isabelle Macheret s'est muée en athlète forte et volontaire. L'été dernier, elle prenait son courage à deux mains pour se lancer un premier défi: un trekking en Inde. «Il s'agissait de mon premier voyage évasion, pour voir si ce désir d'humanitaire était vraiment ce que je voulais.» Suivait son expérience dans le dispensaire togolais.

Elle sait, désormais, de quoi son avenir sera fait. «J'ai beaucoup de chance de pouvoir vivre ces expériences. Ce n'est pas facile de mettre des mots sur autant d'émotion. Mais le geste de donner, ça enrichit énormément. Et je me dis que si cela a fonctionné pour moi, d'autres peuvent vivre la même chose.»

220 km dans le désert

La première édition du Raid Sahara réunira du 30 janvier au 6 février une cinquantaine de participants. La Romontoise Isabelle Macheret sera au départ à Aderg, en Mauritanie. Au sein de l'équipe Opuntia, composée de quatre personnes, elle parcourra 220 km en cinq étapes de 40 à 60 km chacune.

– Isabelle Macheret, comment vous êtes-vous retrouvée dans l'équipe Opuntia?

Mon directeur connaissait professionnellement Pierre-Alain Racine, qui montait une équipe pour participer au Raid en faveur de la Fondation Renée Delafontaine, au Mont-sur-Lausanne, dont fait partie son fils handicapé mental. Mon patron, sensible aux causes humanitaires, connaissait mon intérêt. Il a proposé de participer en finançant mon inscription.

– Pourquoi s'est-il adressé à vous spécialement?

Je pratique la course à pied depuis quelques années et, l'été passé, j'ai pris part à Sierre-Zinal. Pour moi, il s'agissait d'une opportunité que je ne pouvais pas rater.

– Comment se déroulera la course?

Nous sommes quatre coéquipiers, mais nous participons chacun aux 220 km, à allure libre. Le raid est réparti en trois étapes de 40 km, un jour de repos, une étape de 60 km et une dernière journée de course de 40 km. Nous traverserons des reliefs rocaillieux, montagneux ou désertiques. Les organisateurs s'occupent des bivouacs, des repas du soir et un ravitaillement est prévu tous les 12 km. Par contre, nous devons courir avec un sac de trois à cinq kilos et il faudra penser à boire neuf litres d'eau par jour.

– Comment vous préparez-vous physiquement?

En plus de l'entraînement musculaire, il faut penser au tannage des pieds pour éviter les cloques et, surtout, pour qu'ils ne souffrent ni du froid ni de la chaleur. Nous nous réunissons de temps en temps pour courir 40 km et, depuis le mois de janvier, nous le faisons deux fois par semaine. Pour ma part, j'ai pris contact avec des spécialistes de l'alimentation et je m'impose un régime précis. Je mange peu de viande, mais beaucoup de féculents, de fruits et de légumes. Trois semaines avant la course, on m'a déconseillé la viande, les produits laitiers et les œufs, à cause des crampes. Et puis, il faut prendre beaucoup de vitamines pour stimuler le

système immunitaire.

– Qu’espérez-vous obtenir par cette course?

Les gens qui le souhaitent peuvent faire un don à la fondation ou donner du matériel scolaire que nous distribuerons dans les villages. Nous espérons obtenir 10000 francs pour créer une place de jeu pour les enfants handicapés de la Fondation Renée Delafontaine.

– C’est un peu contradictoire de constater que les frais d’inscription pour toute l’équipe coûtent plus cher que cela...

Oui, mais par cette course nous essayons de sensibiliser les gens en alliant sport et humanitaire.

– Que redoutez-vous le plus?

Les petits accidents de parcours qui ne me permettraient pas de terminer la course. Si cela devait arriver, je les accepterai, mais c’est ce qui me fait le plus peur. J’espère pouvoir rester toujours de bonne humeur et positive.

– A titre personnel, qu’attendez-vous de ce périple?

Je me réjouis de découvrir un nouveau pays, les étoiles du désert et la possibilité de partager tout cela avec d’autres personnes. Et puis, je suis contente de me retrouver confrontée à moi-même. De m’engager pour quelque chose et de faire face, même quand ça ira mal, même quand je serai fatiguée. On a tous énormément de ressources en nous, encore faut-il aller les chercher.



Karine Allemann

6 janvier 2005