



Thème :
Accident vasculaire cérébral :
le retour à une vie normale
de Mario Gullotta

à partir de la page 4



Menu :
Cuisine raffinée
pour l'automne
page 9



Entretien avec Pirmin Zurbriggen :

« Le succès est
toujours relatif. »

à partir de la page 8



« Nous vous saluons de la magnifique terrasse ensoleillée de Crans-Montana »

Quand l'automne apparaît à Crans-Montana, le paysage de montagne connaît une impressionnante métamorphose ; c'est aussi l'occasion de passer en revue les changements survenus durant l'année. A la Clinique Bernoise Montana, nous avons gardé les valeurs sûres et introduit de nombreuses nouveautés, dont ce magazine.

Chères lectrices et chers lecteurs, notre nouveau magazine Rehavita vous donnera deux fois par an un aperçu du quotidien de notre clinique. Nous aimerions vous présenter d'une part nos programmes de traitement très spécialisés et adaptés aux besoins de chaque patient. D'autre part, nous aimerions avec ce magazine vous saluer de la magnifique terrasse ensoleillée de Crans-Montana, qui offre par ailleurs des conditions climatiques optimales pour le processus de guérison.

Dans ce premier numéro, nous traitons le thème principal de l'accident vasculaire cérébral, en montrant comment l'un de nos nombreux patients atteints l'a vécu. Mais Crans-Montana offre également à nos patients et visiteurs des moments de détente, et Rehavita aussi vous divertira grâce à un passionnant entretien avec Pirmin Zurbriggen. Découvrez Rehavita ! Je vous souhaite une agréable lecture.

A blue ink signature of Monica Crettol.

Monica Crettol, directrice



Nouveau depuis janvier 2014 : Balnéothérapie



Les patientes et patients de la Clinique Bernoise Montana disposent de nouvelles installations d'hydrothérapie et de balnéothérapie. Elles complètent harmonieusement le traitement, en apportant détente et amélioration du bien-être général, et en favorisant la régénération mentale.

Ces nouvelles thérapies incluent des expériences telles que la flottaison sur thermo-spa, la douce affusion d'eau de

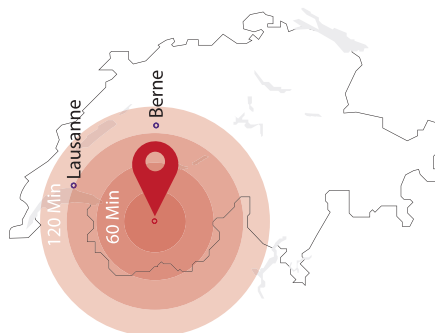
la douche Vichy et le massage sous l'eau avec effets lumineux de l'hydroxneur. Dans les mêmes locaux, notre offre comprend également les massages thérapeutiques et les fangos à la paraffine. L'hydro- et la balnéothérapie sont adaptées aux concepts thérapeutiques de la clinique et les complètent. Ce traitement est intégré aux chemins cliniques et fait partie du plan thérapeutique.

► Plus d'informations : www.bernerklinik.ch

Appli de diagnostic de la Clinique Bernoise Montana

Une valeur de réussite du traitement facile à mesurer lors de la réadaptation par ex. de la sclérose multiple est le SaGAS (score rapide et de capacité graphique, Short and Graphic Ability Score), qui regroupe les résultats individuels des tests. Son calcul est toutefois mathématiquement complexe. L'appli iPhone « SaGAS 20 », développée par le Dr Claude Vaney, médecin-chef du service de neurologie de la BM, s'avère ici très utile. Cette appli gratuite est disponible dans l'Apple Store

Téléchargement :



Le saviez-vous ?

Montana est plus proche que l'on croit. De Sierre, on parvient très rapidement par le funiculaire ou le bus à la terrasse ensoleillée de Montana. De Berne, on y arrive en moins de deux heures, de Lausanne en moins d'une heure et demie. Vous n'avez donc pas besoin d'un bon livre pour le voyage, votre journal préféré est amplement suffisant.

Agenda 2015



1 janvier

Concert

Concert du Nouvel An – Crans-Montana Classics

Concert de gala avec les musiciens de la Scala de Milan.

► En savoir plus : www.cmclassics.ch Congrès



29 janvier – 1 février

Congrès

Quadrimed

Congrès commun des quatre cliniques de Crans-Montana

► En savoir plus : www.quadrimed.ch/fr/congres/

7 février

Soirée de gala

La nuit des neiges

Soirée de bienfaisance au profit des enfants défavorisés, en présence de la princesse Léa de Belgique

► En savoir plus : www.nuitdesneiges.ch

1 et 2 mars

Événement sportif

FIS Coupe du monde Dames

L'élite des skieuses se rencontre à Crans-Montana.

► En savoir plus : www.skicm-cransmontana.ch

20 mars

Congrès

Congrès Quadriphys

Congrès de physiothérapie à Montana

Le retour à une vie normale

Après une rupture aortique, Mario Gullotta a échappé de près à la mort. Après trois mois à la Clinique Bernoise Montana, il est en bonne voie pour retrouver sa vie d'avant. Rehavita l'a accompagné durant une journée.



Avec l'Armeo, le robot d'entraînement, réapprendre les mouvements du bras et de la main est possible après une paralysie.

Aujourd'hui, la journée de clinique de Mario Gullotta commence à 9 heures du matin après le petit déjeuner. Ce qui semble aujourd'hui évident était inimaginable peu de temps après le 28 février 2014. Une rupture aortique spontanée causa un accident vasculaire cérébral chez ce retraité de Sierre, âgé de 77 ans. Son épouse avait remarqué l'incident et immédiatement appelé les secours, heureusement ! « Cinq minutes plus tard, je serais mort », relève Mario Gullotta dont les yeux pétillent. Il est debout, assisté de son déambulateur, au troisième étage de la Clinique Bernoise Montana. C'est l'un des derniers jours d'un séjour de rééducation de presque trois mois, commencé suite à la paralysie de la moitié droite du corps, une conséquence de l'accident vasculaire cérébral.

Réapprendre le quotidien, à l'aide d'un écran

Au service d'ergothérapie, Ludmila Durieux l'attend pour sa séance. Elle lui demande comment il se sent et, sûr de lui, il répond « Comme un champion ! ». Puis il s'adonne à l'Armeo, un robot qui permet de stimuler la mobilité du bras par des exercices ciblés. Les mouvements individuels du patient sont reproduits à l'écran, où divers jeux simulent les situations du quotidien. Le premier exercice consiste à mettre des pommes dans une corbeille, une tâche que le mécanicien tourneur retraité maîtrise avec brio. Il obtient le second meilleur résultat de son séjour. L'image obtenue lors des tests de force et de coordination qui suivent est tout aussi réjouissante.

La motivation retrouvée avec la mobilité

« Il n'est plus le même qu'au début de son séjour », dit Ludmila Durieux. Mario Gullotta confirme : « Au début je ►

Les exercices de physiothérapie fortifient le corps selon un programme établi ; ici avec le Motomed.



Outre le suivi, les contacts personnels occupent une grande place à la Clinique Bernoise Montana.



Les exercices respiratoires face au miroir servent à la coordination des voies respiratoires.



- ▶ voulais mourir », dit-il, se rappelant son arrivée à la clinique. Ce passionné de jardinage, qui bricolait volontiers dans son garage, ne s'imaginait pas au début que sa vie après l'attaque cérébrale pourrait continuer comme avant. Mais quand sa mobilité s'est améliorée, la motivation est revenue aussi. Jour après jour, en rééducation, il a retrouvé le goût de vivre.

Exercices respiratoires et chansons à succès

Après le dîner, une séance de logopédie est au programme. Les exercices respiratoires et le renforcement de la voix sont importants après un accident vasculaire cérébral, car les poumons sont

souvent atteints eux aussi de paralysie, explique Nadja Hoppe, logopédiste. Le patient inspire et expire sous contrôle devant un miroir et peaufine l'articulation des syllabes, en deux langues notons bien, car à la Clinique Bernoise Montana les exercices de logopédie se font en allemand et en français. « Si je restais plus longtemps, je parlerais bientôt très bien l'allemand », plaisante l'Italien de naissance, qui vit à Sierre depuis bientôt 53 ans. Mario Gullotta se réjouit d'un autre effet secondaire positif de la logopédie : il pourra bientôt chanter à nouveau. Lors de la thérapie, il a très bien chanté « Italiano Vero » de Toto Cotugno, dit-il. Mais aujourd'hui, il n'y a pas de démonstration.

Une progression par petits pas

En se rendant à la physiothérapie, Mario Gullotta salue le personnel et les patients et s'entretient avec eux. « Je me suis fait de nouveaux amis », constate-t-il en souriant. Cela l'a certainement aidé à trouver moins long le temps passé en clinique. En chemin, il est pris en charge par la physiothérapeute Claudine Kuonen. Elle aussi est satisfaite de l'évolution. « Au début nous devions nous entraîner pour la position debout ou les transferts, les simples changements de position ». Entretemps nous avons pu plus souvent remplacer le déambulateur par un bâton de Nordic Walking, et prendre l'escalier. « A la maison, j'ai un perron avec trois

« Il faut de la volonté, encore et encore. »

Le patient Mario Gullotta explique ce qui fait la réussite d'une réadaptation après un accident vasculaire cérébral, en complément d'un encadrement compétent.

marches, et j'ai besoin de savoir comment faire », explique Mario Gullotta.

La récompense d'un dur travail

Mais la réussite de toute thérapie dépend aussi de l'implication du patient. Mario Gullotta le sait : « Il faut de la volonté, encore et encore ». Avec la même volonté, il envisage aussi l'avenir ; auparavant, il passait chaque année ses vacances en famille à Malaga. Après une interruption pour réadaptation, cela devrait être à nouveau possible l'an prochain. Jusque-là, il faudra encore beaucoup travailler. Claudine Kuonen assiste son patient installé sur le Motomed, un vélo à assistance réglable, et l'entraînement pour la vie quotidienne se poursuit.

Une visite du quotidien

Après la dernière séance thérapeutique, Mario Gullotta se rend à la cafétéria de la clinique. Il est épuisé, mais heureux car il y est attendu par sa famille qui lui rend visite à Montana deux fois par semaine. Ces visites sont importantes pour Mario Gullotta ; même sa fille qui vit en Allemagne est déjà venue. Il est heureux à l'idée d'être à nouveau chez lui avec les siens, dans son environnement familial, car malgré son scepticisme du début, à Montana il a suivi pas à pas le chemin du retour à une vie normale.



Le professeur Heinrich Mattle est médecin-chef et directeur de la policlinique neurologique de l'Hôpital de l'Île à Berne, membre du directoire de la Société Cérébrovasculaire Suisse et membre du Comité du conseil de fondation de la Fondation Suisse de Cardiologie.

En bref : L'accident vasculaire cérébral

Un accident vasculaire cérébral, également appelé apoplexie, survient quand l'apport sanguin est interrompu dans une zone du cerveau. Diverses causes sont possibles : la plupart des accidents vasculaires cérébraux sont causés par des thromboses ou des embolies, mais aussi par des caillots sanguins qui obstruent un vaisseau sanguin. On parle alors d'accident ischémique. Même les hémorragies survenant dans le tissu cérébral ou entre le cerveau et les méninges, appelées hémorragies sous-arachnoïdiennes, peuvent causer un accident vasculaire cérébral. Près de 16'000 personnes souffrent chaque année en Suisse d'un accident vasculaire cérébral, avec des conséquences diverses. Ce sont souvent des hémipariés, des troubles de la vision et de l'élocution, des vertiges ou de violents maux de tête et dans un cas sur quatre, la mort. En phase aiguë, de nombreux patients peuvent être secourus par une thrombolyse, avec ouverture du vaisseau obturé. Si cela est effectué dans les premières heures, il y a de grandes chances de faire reculer les paralysies et autres défaillances. Si les défaillances subsistent, il faut recourir à une réadaptation. Elle peut durer longtemps et nécessiter de la patience et un entraînement constant, mais est la plupart du temps couronnée de succès.

Un accident vasculaire cérébral est souvent précédé de signes avant-coureurs qui doivent être pris au sérieux : en cas de trouble sensoriel passager ou persistant, ou de paralysie d'une extrémité, de troubles temporaires de la parole ou de la vision, de vertiges soudains ou de maux de tête inhabituels et intenses, il faut prévenir immédiatement le service de sauvetage au n° 144. Même si un accident vasculaire cérébral frappe souvent comme l'éclair, il est évitable la plupart du temps. Le risque de souffrir d'un accident vasculaire cérébral dépend de divers facteurs, tels que l'âge et les facteurs héréditaires. Il y a en outre neuf facteurs de risque qu'il est possible de traiter en optant pour une vie saine, et le cas échéant avec une aide médicale et des médicaments. Ce sont l'hypertension, le diabète sucré, le tabagisme, le surpoids, une cholestérolémie élevée, le manque d'activité physique, une consommation d'alcool élevée, le syndrome d'apnée du sommeil et le stress. Il faudrait adopter un mode de vie sain dès la jeunesse, et pas seulement aux premiers symptômes. Cependant, il n'est jamais trop tard pour changer de style de vie et traiter les facteurs de risque.

► Pour plus d'informations : www.neurovasc.ch, www.swissheart.ch



Moments de vie entre réussite et fatalité

Pirmin Zurbriggen jette un coup d'œil rétrospectif sur sa vie aux multiples facettes. Après avoir remporté en ski de grands succès sportifs, le très actif père de famille est aujourd'hui entre autre hôtelier. Rehavita l'a rencontré à Zermatt.

Monsieur Zurbriggen, vous avez eu 50 ans l'an passé. Était-ce le moment de faire un bilan intermédiaire ?

Bien sûr, à 50 ans on regarde le chemin parcouru. Mais pour moi les anniversaires n'ont jamais été très importants. A vrai dire, c'est ma mère que je devrais remercier.

Vous avez eu dans votre vie des rôles très différents. Vous êtes aujourd'hui hôtelier. Que voient en vous les clients de votre hôtel ?

Il est intéressant de constater que mes clients suisses me voient toujours comme un skieur, alors que mes clients internationaux n'en savent souvent rien et ont la surprise de découvrir dans l'hôtel des souvenirs de mes succès. On remarque alors à quel point le sport unit les êtres humains, indépendamment du niveau.

Appréciez-vous que l'on ne connaisse pas votre passé ?

Bien sûr, car à l'époque, j'ai finalement

fait le grand plongeon. Le retentissement de mes succès sportifs était très grand, à la hauteur des attentes. En tant que sportif, on est un modèle et il faut être parfait. J'étais heureux de construire quelque chose de nouveau.

Votre carrière sportive s'est retrouvée un moment en suspens, en 1985 après une blessure à Kitzbühel. En étiez-vous conscient à l'époque ?

Oui, c'était à deux semaines des Championnats du monde. A ce moment, cela m'a aidé d'avoir rencontré auparavant de nombreux malades lors d'un voyage à Lourdes. Ils m'ont communiqué leur joie, alors qu'ils souffraient bien plus que moi. Cela a tout relativisé, j'ai accepté mon destin et pris les choses comme elles venaient.

Après ce temps de pause, vous avez célébré de nombreux succès, même après votre carrière de champion de ski. Quelle importance a pour vous le succès ?

« On nous a appris très jeunes à faire du bien à notre prochain. »

Pirmin Zurbriggen, champion de ski et hôtelier

Le succès est toujours relatif, on ne peut pas le planifier. Je ne m'attendais pas à obtenir ce magnifique terrain pour un hôtel ici à Zermatt. On ne peut pas forcer ce genre de choses. Bien sûr, je me réjouis de tout ce qui s'est passé, également sur le plan familial. Mais nul ne sait de quoi demain sera fait. C'est pourquoi il faut apprécier le passé et espérer que cela continue.

Vos succès sportifs incluent quatre médailles aux Championnats du monde de Crans-Montana. Quelle relation avez-vous avec cet endroit ?

Naturellement, une relation particulière, ce qui est logique avec de tels résultats. Quand j'étais un petit garçon, de tout le Valais, c'est à Crans-Montana que je préférais skier. Contrairement à Zermatt, où je ne voulais jamais y aller ; aujourd'hui j'y suis marié et heureux [rire].

Il y a eu finalement la transition de champion de ski à homme d'affaires. Comment l'avez-vous vécue ?

Pour un compétiteur, tout tourne toujours autour de sa personne. Pour un hôtelier, la personne en face est au centre. Ce changement est difficile, d'autant plus que l'on se demande toujours ce que l'on aurait encore pu atteindre dans le sport. Psychologiquement parlant, ce n'est pas facile, et j'étais heureux d'avoir ma femme et mes enfants autour de moi. J'en suis persuadé : s'ils n'avaient pas été là, j'aurais recommencé.

Malgré tous les succès ?

Je me serais certainement dit que je pouvais repartir, d'un peu plus bas. Après tout, j'étais skieur par passion.

Cela se serait-il bien passé ?

Je ne crois pas [rire]. J'ai certes arrêté très tôt, mais le sommet de la courbe ascendante serait de toute façon arrivé tôt ou tard.

Qu'est-ce qui vous comble en tant qu'hôtelier, maintenant que vous ne pouvez plus engranger de médailles ?

Je suis quelqu'un qui aime agir. De ce point de vue, il y a beaucoup à faire dans l'hôtel, outre l'accueil de la clientèle. S'ajoute à cela le souhait de tout sportif de continuer à évoluer. J'ai appliqué ce principe à la gestion de l'hôtel, car en fin de compte je n'ai pas eu le temps d'aller à l'école hôtelière. Je suis donc parfois un auxiliaire, parfois le propriétaire. Ce changement de rôle me fait plaisir.

Votre hôtel avec suites à Zermatt a ouvert de nouvelles voies. Un entrepreneur peut-il aimer le risque autant qu'un sportif ?

Je crois que sans prise de risque, il est difficile d'atteindre un objectif dans la vie, quel que soit le niveau. Il y a toujours des gens qui estiment que c'est trop dangereux. Pourtant, on peut tout atteindre, si l'on y croit de tout son cœur. Avant, je n'aurais pas non plus imaginé que je descendrais la Streif à Kitzbühel. Mais j'ai pris sur moi et me suis lancé, tout simplement. C'est exactement comme ça dans la vie professionnelle.

Vous vous engagez aussi pour les espoirs du ski. Que voulez-vous atteindre avec ces jeunes ?

Je veux avant tout renforcer la formation scolaire. Car au plus cinq pour cent des enfants qui ont des ambitions sportives, y parviennent. Nous devons faire



Autobiographie :

Pirmin Zurbriggen est l'un des sportifs suisses les plus couronnés de succès. En tant que skieur, il a obtenu plus de 40 victoires en Coupe du monde, dont il a gagné quatre fois le classement général, remporté des titres de Coupe du monde à Bormio (85), Crans-Montana (87), et Vail (98), ainsi que l'or olympique à Calgary (88).

Il dirige aujourd'hui deux hôtels à Saas-Almagell et Zermatt, et il est président de Ski Valais. Pirmin Zurbriggen vit à Zermatt avec sa femme et ses cinq enfants.

► En savoir plus : zurbriggen.ch

quelque chose pour les 95 pourcent restants. On ne peut pas obtenir des résultats sportifs par la contrainte, je dis aussi cela aux entraîneurs. Je ne veux pas la pression des résultats, mais celle du bon travail, un travail qui inspire et passionne.

Vous voulez donc donner quelque chose en retour ?

Je pense que c'est une tradition familiale. Mes parents et mes sœurs sont tous très serviables. On nous a appris très jeunes à faire du bien à notre prochain.

Une vision d'avenir : qu'est-ce que l'avenir vous réserve ?

Comme je l'ai dit précédemment, je suis quelqu'un qui laisse venir les choses à lui. Je continuerai sur cette voie. Je suis convaincu que quand je planifie quelque chose, il n'en sort rien de bon.

Tarte fine aux cèpes, copeaux de jambon cru avec pesto de persil

Description de la recette

Pour la pâte : préchauffer le four à 175°C. Etaler finement la pâte et la piquer. Découper à la forme désirée et cuire entre deux plaques à pâtisserie recouvertes de papier cuisson. Cuisson : environ 15 à 20 min à 175°C (doré et croustillant). Laisser reposer le feuilletage sur une grille après la cuisson.

Pour la farce de cèpes : nettoyer les cèpes avec un pinceau et gratter les pieds. Faire de jolies lamelles au couteau en gardant le pied et le chapeau de champignon en un seul morceau. Couper en petits dés toutes les parures de cèpes. Eplucher et ciseler les échalotes. Couper en petits dés le jambon cru. Hacher le persil. Griller les noix au four et les briser grossièrement. Dans une poêle bien chaude, mettre un filet d'huile de noix et colorer les dés de cèpes. Ajouter les échalotes et faire suer quelques minutes. Assaisonner et flamber avec le cognac.

Débarrasser la farce et mélanger à froid les éclats de noix, les dés de jambon et le persil haché. Réserver au frais.

Pour le pesto de roquette : équeuter et laver le persil, bien le sécher sur un linge. Mettre tous les ingrédients dans le bol du mixeur et mixer. Rectifier l'assaisonnement et mettre au frais.

Pour la garniture et la décoration : colorer les lamelles de cèpes avec un filet d'huile de noix dans une poêle bien chaude et les assaisonner. y Egoutter les champignons sur du papier absorbant. Laver la roquette et préparer les fleurs comestibles (ou des fines herbes et pousses). Couper de fines tranches de jambon.

Dressage : étaler un peu de farce sur les tartes. Disposer harmonieusement les cèpes en rosace. Enfourner quelques minutes et dresser aussitôt sur une assiette chaude. Disposer sur chaque tarte un bouquet de roquette et arroser de pesto de persil. Ajouter les copeaux de jambon et les fleurs. Un tour de moulin à poivre et fleur de sel. Déguster aussitôt.

«Une recette de saison qui comblera vos convives. Fermez les yeux et goûtez aux saveurs de l'automne. Des produits sains et de qualité à la portée de tous.»

Bruno Eugoné, Chef de cuisine



Pâte feuilletée :

6 ronds de 12 cm	250 gr
------------------	--------

Farce de cèpes :

Cèpes (bouchons)	18 pc
(450 gr environ)	
Echalotes	50 gr
Persil haché	10 gr
Noix grillées	20 gr
Jambon cru en petits dés	20 gr
Sel, poivre	6gr
Huile de noix	5 cl
Cognac	2 cl

Pesto de persil :

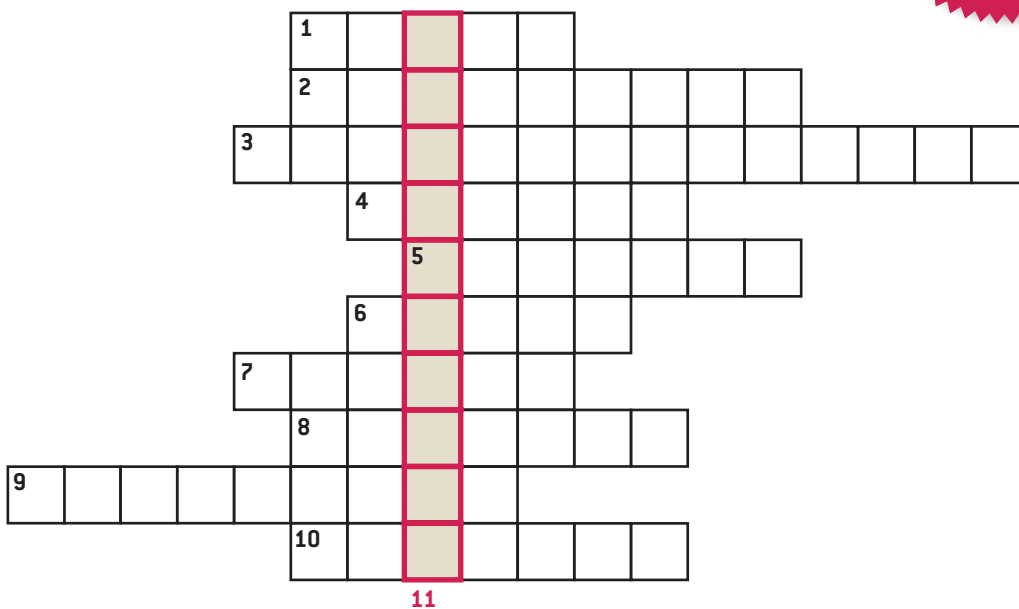
Persil plat	60 gr
Noix grillées	20 gr
Parmesan	25 gr
Ail	1 gousse
Citron jus	5 gr
Huile d'olive	10 cl
Sel poivre	6 gr

Garniture et décoration :

Jambon crus	
(fines tranches)	150 gr
Roquette	200 gr
Fleurs comestibles	
(bourrache, pensée,	
mauve en fonction de la	
saison)	10 gr

Résolvez notre énigme et gagnez un week-end à l'hôtel !

Participez à notre énigme et gagnez un prix qui enchantera vos sens. Pour trouver les termes recherchés, lisez simplement le magazine. Les termes corrects révèlent le mot-mystère (encadré en gras). Pour participer au tirage au sort, envoyez-nous le mot-mystère. Un tirage au sort effectué parmi les bonnes réponses permettra de gagner un week-end pour deux personnes à l'hôtel « Le Mont-Paisible » de Crans-Montana.



Avec un peu de chance, vous passerez le week-end de votre choix à Crans-Montana, pour deux personnes, avec nuitée à l'hôtel « Le Mont-Paisible » et souper raffiné le samedi.

Termes recherchés :

- | | |
|--|---|
| 1 : robot servant à améliorer la mobilité du bras | 5 : site de sport d'hiver, qui est aussi un site olympique, au Canada |
| 2 : autre terme désignant un « accident vasculaire cérébral » | 6 : plat automnal apprécié |
| 3 : nouvelle offre thérapeutique de la Clinique Bernoise Montana depuis janvier 2014 | 7 : ville du Valais central |
| 4 : célèbre piste de ski de Kitzbühel | 8 : mois en hiver |
| | 9 : Thérapie d'entraînement médical à la parole et à l'élocution |
| | 10 : célèbre station de ski du Valais |

11 : mot caché

Pour les pauses : notre sudoku stimule la concentration et l'activité intellectuelle.

	4			8			
1						7	2
6		8	2	9	1	3	5
	1	4	6		7	2	3
	6		5				9
		5	9		4		
		1	7	3		6	8
3	2		8		9		7
	5					4	

Envoyez-nous le mot caché avant le 10 janvier 2015, à : Clinique Bernoise Montana, « Enigme Rehavita », Impasse Palace Bellevue 1, 3963 Crans-Montana ou par courriel à rehavita@bernerklinik.ch. Veuillez indiquer votre adresse et votre domicile. La gagnante ou le gagnant sera informé(e) par courrier postal. Tout recours juridique est exclu.

Lettre de patient : Quand le rythme aide à guérir



Grâce à des éléments rythmiques, Christoph Lüscher a retrouvé son équilibre corporel sur le chemin de la musique.

La Clinique Bernoise Montana reçoit régulièrement du courrier d'anciennes patientes et d'anciens patients. Il est rare qu'une lettre ait un écho aussi positif que celle de Christoph Lüscher, de Möhlin. Monsieur Lüscher a passé au printemps 2013 cinq semaines dans notre clinique, après son accident vasculaire cérébral.

Il évoque dans sa lettre les moments agréables passés à la clinique, l'air frais

et le paysage de montagne, mais aussi le dévouement des thérapeutes et des médecins, et l'amabilité du personnel. Cela peut sembler paradoxal à certains : Christoph Lüscher a même des souvenirs positifs de ses heures d'insomnie nocturne ; il les a passées à méditer, prier ou s'entraîner en silence.

Une réadaptation réussie se poursuit souvent à la maison. Christoph Lüscher a continué sa thérapie dans une

clinique locale. A la maison, il laisse sa créativité s'exprimer dans le processus de guérison. La mobilité de la moitié droite du corps, déjà bien récupérée grâce à la réadaptation à Montana, n'était cependant pas au même niveau que celle du reste du corps. Grâce à la musique et la danse, en battant le rythme, il retrouve petit à petit son équilibre corporel, écrit-il.

Tout en douceur, Monsieur Lüscher est ainsi revenu à sa passion, la musique. En clinique déjà, il avait fait de premières tentatives sur un piano, mais les progrès ne furent que très lent. Mais Christoph Lüscher prend son temps et sait qu'il ne jouera probablement plus comme avant son accident vasculaire cérébral. Finalement, on a une fois de plus l'impression qu'une thérapie prend du temps, et demande aussi de la créativité et de la réactivité.

Pour vos questions et suggestions

Envoyez-nous vos propositions d'amélioration, félicitations et questions, à : rehavita@bernerklinik.ch



Clinique Bernoise Montana
Impasse Palace Bellevue 1
3963 Crans-Montana
Téléphone 027 485 51 21
Fax 027 481 89 57
bm@bernerklinik.ch
www.bernerklinik.ch



Rehavita

Numéro 01 | 2014

Impressum

Mentions légales : Rédaction : Clinique Bernoise Montana, Crans-Montana

Conception/Texte/Graphisme : Werbelinie AG, Berne, www.werbelinie.ch

Impression : Rub Media, Berne

Tirage : 4000 exemplaires (2500 en allemand, 1500 en français)

Crédits photos : Entretien de Pirmin Zurbriggen et Thème : Peter Schneider, Thoune, www.fotoschneider.ch, Pirmin Zurbriggen Calgary 1988 [Page 9] : Keystone, pages 2, 3, 10 et 11, ainsi que portrait page 7 : zvg, page 12 : RapidEye/istockphoto.com