

Guillaume, 31 ans

Je suis diabétique de type 1 depuis 10 ans. La date anniversaire était il y a quelques jours mais je n'y ai pas du tout pensé. Parce que le diabète fait partie de moi, qu'il est mon quotidien et que je l'ai accepté rapidement pour m'en servir comme une force. Les gens que je côtoie ne se rendent pas bien compte de ce qu'est le diabète, de l'attention régulière et quotidienne qu'il faut porter à sa glycémie, aux apports des repas, à la gestion des hypoglycémies...

Pourquoi ? Parce que je vis normalement : je voyage pour mon travail et dans ma vie privée, je cours beaucoup en montagne, parfois en compétition, je fais du parapente, du vélo, du ski, de la randonnée, du surf. Je mange au restaurant, je sors dans les bars, les cafés...Oui, le diabète est toujours avec moi et je dois faire tout ça avec lui. J'ai donc toujours du sucre ou des barres céréales avec moi, je contrôle ma glycémie régulièrement, je mange équilibré, je ne grignote pas, je ne mange ni bois pas toujours ce que je veux, mais je ne cache rien: pendant un repas au restaurant ou au bureau, mes appareils sont posés sur le bord de la table. Je me ressucré devant mes collègues qui sont tous en courant, j'explique volontiers le diabète quand on me le demande. Tout est dans l'état d'esprit et l'acceptation. Que ce soit une maladie quelconque, le manque de temps ou de motivation, il y a toujours des obstacles dans la vie, le diabète n'échappe pas à la règle. Mais au lieu de se répéter que c'est difficile, de penser à la vie qu'on pourrait avoir sans cette maladie, il faut aller de l'avant et voir ce qu'on peut faire avec ! Je ne me serais sûrement jamais autant intéressé à la nutrition et la cuisine sans le diabète, je n'aurai pas repris le sport, je n'aurai pas cette envie de faire toujours mieux dans ce que j'entreprend. Je n'ai pas décidé d'avoir le diabète, mais je peux décider ce que je veux faire de la vie que je partage avec lui depuis déjà 10 ans.