

RÉGION Claude Berdoz, tout pour la micronutrition

Généralement, je ne lâche rien!

Par
Claude-Alain Monnard

En septembre 2005, sa vie de famille ressemble à un désordre général proche du chaos: enfants sans cesse malades depuis des années, «tonnes» de médicaments avalés, consultations médicales par dizaines, insatisfactions face aux solutions proposées, incompréhensions, stress, énervées, insomnies, questions sans réponse. L'implosion menace, il s'agit donc de trouver une voie par soi-même. Raison pour laquelle Claude Berdoz cherche, tâtonne, s'informe, note dans un journal de bord tout ce qu'elle observe par rapport aux réactions de ses enfants et des aliments absorbés. Puis, elle rencontre une femme médecin en Angleterre, elle-même convaincue que des liens profonds existent entre le cerveau, l'intestin et des comportements «inadéquats» ou des maux en découlant. *Mon fils voyageait parfois entre «ciel et terre» et je ne savais jamais où il se situait.* Dès lors, elle impose à son entourage un régime draconien où ne subsistent que les fruits, les légumes, les amandes, la viande et les œufs.

En quelques mois la situation s'améliore, la prise de médicaments s'estompe, puis cesse en grande partie, mais la vigilance reste de mise. Claude décide alors de retranscrire cette expérience dans un livre intitulé «Aller simple vers la guérison» où elle prend l'image de l'avion qui s'envole vers ce but final. Le vol est long, ponctué de nombreuses escales, mais le ciel finit par s'éclaircir.

Maintenant

Avec les enfants qui grandissent, Claude ne maîtrise plus comme avant leur alimentation. *J'ai un peu lâché les week-ends, on négocie. Mais je reste intransigeante sur les boissons qui provoquent tellement de dégâts avec leurs multiples colorants!*

Depuis des années qu'elle se bat sur ces thèmes, Claude Berdoz a acquis une solide expérience. Elle exerce à temps partiel un job de «coach» dans un cabinet médical où elle reçoit des patients, donc elle voit toutes sortes de souffrances. *Beaucoup de personnes s'accommodent d'un quotidien non acceptable du point de vue santé et ne disposent pas d'une qualité de vie qui pourrait être bien meilleure.*

Elle sait de quoi elle parle, puisque déjà elle-même, enfant elle toussait sans cesse, souffrait de migraines, *ce qui ne m'a pas empêché de vivre et de profiter d'une adolescence super!* dit-elle en riant, prouvant par là un fort caractère, une volonté de ne jamais lâcher et un optimisme à toute épreuve!

Un livre

Une partie de l'explication des maux que Claude décrit dans «Aller simple vers la guérison» porte le nom d'un champignon, le «Candida albicans», qui provoque de nombreuses pathologies et qu'on retrouve, semble-t-il, chez presque 80% de la population. *Au tout début, ce livre a constitué*



Claude Berdoz

MAC

pour moi une manière de m'alléger. Puis, au fil des mois et des retours que j'avais, je me suis rendue compte que, par ce biais, je pouvais aider des gens! Pour elle, plutôt férue en chiffres, la rédaction de cet ouvrage a constitué un rude combat. Elle y parle de son vécu, cite des témoignages, donne des pistes, des adresses de praticiens, relate les tensions familiales découlant de la maladie, s'insurge contre certains «états de faits» de notre société, suggère enfin un grand nombre de recettes «maison».

Un caractère!

Avide de découvertes, Claude aurait bien aimé suivre des cours universitaires. Mais elle est devenue employée de commerce, *le pire des jobs dans le meilleur des cas!* décrit-elle dans un éclat de rires, signifiant par-là que la place de secrétaire de direction qu'elle occupe dans un Gymnase en perpétuel mouvement et riche en rencontres effectuées reste une «chance».

Son mari, présent au moment de cette partie d'interview, la décrit comme une personne «atypique», qui n'en fait qu'à sa tête, se trompant rarement, refusant la fatalité et n'ayant peur de rien. *Par rapport à ce qui est arrivé à nos enfants, elle a finalement eu raison face à tous les spécialistes «traditionnels» consultés. Chapeau!*

Claude est donc une passionnée, une «jusqu'au boutiste», pleine d'énergie, s'ennuyant vite une fois le but atteint et... peut-être pas forcément facile à vivre?

Envies et quotidien

Un café déca bu tôt le matin me procure un grand plaisir! Ce goût, cette odeur, sublimes! Même si du point de vue micronutrition, c'est une catastrophe! Claude apprécie sa vie de famille, les balades à vélo ainsi qu'avec son Labrador, les lectures à re-

bondissements et se réjouit de manière folle quand elle constate des plages vides sur son agenda! A l'opposé, cette impatiente se déclare fortement irritée *quand la bêtise humaine est associée à une forme de méchanceté ou quand elle constate un manque de cohérence entre le «dire et le faire».*

Dans le futur, elle aimerait bien voyager pour découvrir de nouvelles choses. Les pays nordiques et les USA lui tiennent particulièrement à cœur. Sur un plan familial, son ambition est de renforcer les liens existants, *qu'on soit tous très proches les uns des autres.* Professionnellement, elle navigue un peu au jour le jour, espérant trouver une fois «l'inaccessible!»

En conclusion

Tiré de son ouvrage, voici quelques lignes permettant de mettre un point final à ce portrait! *La micronutrition a donné un sens à notre «maladie» et elle a réorienté ma vie positivement. Ce sujet a su me procurer la résolution de nombreux maux, le plaisir de la découverte et il m'a motivée à transmettre quelque chose à des tierces personnes. Au fil des pages, j'ai laissé parler mon cœur... avec pour seul but d'aider!* ■

«Aller simple vers la guérison»

Editions Indigo-Montangero Sàrl
Av. des Alpes 70
1820 Montreux

Pour contacter l'auteure:
www.claudeberdoz.ch
claude@claudeberdoz.ch