

Bonjour,

Je vais vous raconter mon histoire personnelle avec l'aide de ma mère. Le 8 juillet 1992, à l'âge de 13 ans, je me suis fait frapper par une voiture alors que j'étais à bicyclette. On pense que ça n'arrive qu'aux autres ! Mon univers à basculé ! Un monde inconnu a surgit, celui parallèle aux biens portants.

L'accident a provoqué un traumatisme crânien avec des atteintes frontale, bilatérale et tronculaire. Le traumatisme est sévère, un coma de 3 1/2 mois s'amorce. Les mois passent, la réadaptation débute. Ce qui me retient à la vie est fragile, je livre le combat le plus important de mon existence. Je dois réapprendre les actes les plus simples de la vie. On ignore le chemin à parcourir, mais la vie est forte et je suis entourée de ma famille et de professionnels qui m'accompagnent dans ma nouvelle façon d'être au monde.

Aujourd'hui je suis différente, mais aussi comme avant. Il y a une continuité dans ma vie. Je suis toujours une personne sociable et souriante, mais j'éprouve beaucoup de difficulté avec ma mémoire et mes émotions. Mon initiative est diminuée, mais comme j'étais une fonceuse, je m'ouvre à tout ce qu'on me propose. Je suis toujours une personne sensible et j'ai beaucoup d'humour. J'ai de la difficulté à marcher, des tremblements à ma main gauche et ma main droite est spastique. J'ai appris à vivre avec ça.

Depuis le 10 juillet 2016, je suis à la Maison Martin-Matte de Québec. J'ai un super bel appartement, c'est un grand 3 1/2 et j'ai même un balcon. Comme je suis heureuse d'être là ! Je suis la seule fille, mais ça ne me dérange pas, car je suis sociable. À 38 ans, je me sens maintenant beaucoup plus autonome et ma relation avec ma mère est meilleure qu'avant. Il y a des intervenants qui peuvent m'aider. Ils peuvent aussi dédramatiser, répéter et m'encadrer lorsque j'en ai besoin. La nuit, il y a une intervenante qui est toujours là en cas de besoin. C'est rassurant de savoir que je ne serai pas seule plus tard, car ma mère vieillit et j'étais très inquiète pour l'avenir.

Tout en étant à la Maison Martin-Matte, je continue d'aller aux activités de mon

association (Association TCC des 2 Rives). Je suis une fille très occupée. Je fais de la peinture et du chant à chaque semaine. J'adore ! Je m'entraîne aussi à chaque semaine pour moins tomber. C'est plus difficile ! J'entretiens un peu par moi-même mon appartement et j'ai de l'aide. Je suis contente qu'on ait une cuisine commune pour les repas, car même si j'aime bien cuisiner j'ai de la difficulté à cause de mes tremblements. Je participe toujours lorsque je suis sollicitée pour préparer un repas, car on m'aide. Il y a souvent diverses activités qui nous sont proposées et on a toujours la liberté de les vivre ou de faire nos choses. C'est formidable !

Je suis heureuse et contente de ma vie. C'est certain qu'elle aurait été différente sans mon accident, mais je suis entourée de gens qui m'aiment et j'apprécie toutes les petites choses que m'offre la vie. Ma mère dirait: « On ne choisit pas de vivre un accident ou une maladie. On choisit comment les vivre ! » Je tiens à remercier toutes les personnes qui sont sensibilisées à ce que vivent les gens qui ont subi un traumatisme crânien et qui participent à leur façon à notre mieux-être. Vous nous permettez ainsi de vivre avec nos limites et de découvrir nos richesses pour un avenir meilleur.

Merci beaucoup,

**Julie Gauthier Fréchette**



Crédit photo : Marie-Claude Meilleur