

# expressions

Automne 2013

Un moment où j'ai fait preuve de sagesse ou de courage

## Un accident dans le bois

En travaillant sur sa cabane dans le bois, mon père est tombé d'une hauteur de 26 pieds. Pris de panique en le voyant étendu sur le sol, je lui ai donné les premiers soins avant de partir chercher de l'aide en VTT (véhicule tout terrain). Pendant ce temps, ma mère et mes enfants sont demeurés près de lui.



Afin de lui venir en aide, les secouristes ont dû attacher leurs équipements sur un VTT. Incapables de le sortir du bois, ils ont dû appeler un hélicoptère afin que mon père soit amené à l'hôpital pour recevoir des soins médicaux.

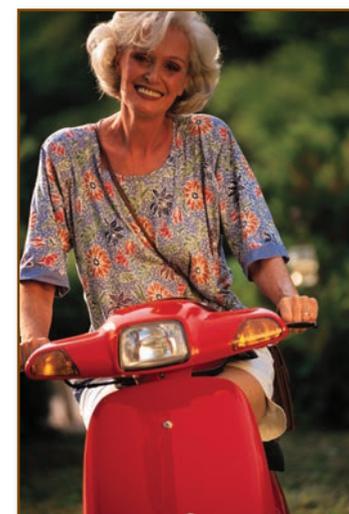
**Réal Hébert**

La Boite à Lettres de Hearst

## Se prendre en main

Je suis veuve depuis trois ans. J'ai dû relever plusieurs défis, dont celui de planifier ma vie. Pour commencer, j'ai acheté une mobylette pour me déplacer, car je n'avais jamais conduit de véhicule.

Je participe à des activités récréatives et sociales. Je profite de bons moments avec mes enfants et mes petits-enfants et j'ai plusieurs amies. Je suis fière de ce que j'ai accompli et de la personne que je suis devenue.



**Juliette Beaulieu**

Centre de formation pour adultes de Greenstone, Geraldton

## Le courage = mes parents

Il en fallait du courage à mes parents pour élever une famille de 15 enfants dans la misère! Ça prenait du courage pour défricher une terre de bois, abattre les arbres, arracher les souches, travaillant du lever au coucher du soleil pour construire une maison et prendre soin des animaux de l'étable afin de nourrir la famille.

Le courage, c'est de gagner 25 ¢ par jour pour subvenir aux besoins d'une grande famille et d'aider son voisin dans le besoin quand nous-mêmes, nous sommes sans argent. Un grand merci à mes parents de m'avoir donné la force et le courage de foncer dans la vie!

**Viateur Gagnon**

La Boite à Lettres de Hearst

## Le courage

Il faut garder sa patience.

Quand on fait un devoir, on doit se concentrer.

Il faut toujours parler en français.

Il faut être présent tous les jours.

On doit s'adapter au Canada.

On continue de chercher du travail partout.

On laisse notre famille.

On doit être courageux pour élever des enfants.

Être courageux est très exigeant.

**Yves-Rose Alexis, Ricky Brutus, Chantal Deganus, Roseline Delorier, Ghislaine Jean-Baptiste, Sintilienne Joseph, Mélissa Tremblay**

Centre Moi j'apprends, Ottawa

## Un courage de plomb

Après avoir été une maman à la maison pendant 10 ans, maintenant que les enfants vont à l'école, c'est le temps de penser à moi. J'ai donc décidé de retourner à l'école pour finir mes études secondaires et obtenir mon diplôme. En février dernier, je me suis inscrite à l'école des adultes mais j'étais très anxieuse car j'allais franchir une nouvelle étape qui, pour moi, était inconnue.

Depuis mon retour en classe, les journées passent vite et j'adore cela. Ma vie est remplie d'accomplissements remarquables, de fierté et de courage dont j'ignorais l'existence. En juin, j'étais très heureuse de recevoir mon diplôme. J'ai surmonté ma peur et je suis prête à étudier au collège à l'automne. Rien n'est à mon épreuve!

**Sophie Tassé**

Centre À La P.A.G.E., Alexandria



## Donner au suivant, un geste d'amour!

Alors que j'étais jeune maman et que mon mari travaillait au loin, un oncle m'a rendu bien des services. Il a pris soin de mon fils et de moi, entre autres en rentrant le bois pour l'hiver. Naturellement, quand il est tombé malade, c'était mon tour d'en prendre soin. Pendant 17 jours, je suis restée à son chevet à l'hôpital. Le 16<sup>e</sup> jour, je savais que quelque chose l'empêchait de partir! J'ai donc pris mon courage à deux mains et j'ai téléphoné à sa sœur afin d'enterrer une vieille chicane de famille; ainsi, il a pu partir l'esprit tranquille!

**Anne Tremblay**

Plaisir de lire, Longue Rive

## Le courage de me renouveler



Un bon matin, je me suis levée et j'ai décidé de me prendre en main, pensant qu'à 70 ans, je devrais apprendre à communiquer avec le monde sur l'Internet. C'est tout un défi à relever et il faut avoir le courage de bien le faire et la sagesse de réussir. J'aime ça, car j'apprends à avoir plus d'autonomie et beaucoup plus de contacts avec ma famille éloignée sans devoir me

déplacer. J'aime cet apprentissage et l'occasion qui m'est offerte de remercier le Centre de formation pour adultes de Greenstone.

**Claudette Pelletier**

Centre de formation pour adultes de Greenstone, Geraldton

## Le courage de retourner à l'école

J'ai eu le courage de retourner à l'école après 20 ans. Le 3 novembre 2012, j'ai eu assez de courage pour le faire, et je suis fière de moi. J'ai décidé de m'inscrire au Centre Moi j'apprends. Maintenant, je suis capable d'expliquer plein de choses à ma fille.

**Lise Millette**

Centre Moi j'apprends, Rockland

## Mon amie est sauvée!

J'ai aidé une amie à reprendre conscience après un malaise. C'est arrivé aux Escoumins en partant du centre de jour. Mon amie se sentait mal, avait chaud et manquait d'air. Son visage était rouge, presque violet. Comme j'étais sur le siège arrière de la voiture avec elle, on m'a demandé d'en prendre soin. Alors, j'ai pris ses signes vitaux et comme elle ne respirait plus, je lui ai fait des massages. Ensuite, elle est revenue à elle. On s'est rendus à l'urgence et j'étais très contente qu'elle soit saine et sauve! Je suis fière de penser que j'ai aidé à lui sauver la vie.

**Denise Caron**

Plaisir de lire, Les Bergeronnes



## Parler en public

Il y a plusieurs années, je n'aurais jamais pensé qu'un jour je pourrais parler en public. J'étais tellement gênée que je devenais rouge comme une tomate. Souvent, je bafouillais et j'étais très mal à l'aise. Un jour, à l'école, il y a eu une session «d'estime de soi». Bien sûr, je n'étais pas à l'aise en suivant la première séance, mais j'ai participé à trois autres pour me convaincre que moi aussi, j'étais capable de faire ce que j'aimais. Aujourd'hui, je suis heureuse de pouvoir parler en public, car cela fait partie de mon travail.

**Carmen Lemyre**

Centre de formation LCAML,  
Kirkland Lake



## Un jour à la fois

En janvier dernier, mon mari est décédé d'une longue maladie. Je reste seule et il me manque beaucoup. Certaines journées sont très pénibles, car je pleure souvent. Cependant, je me remonte le moral en me disant que demain ça ira mieux et qu'il faut vivre un jour à la fois.

Lorsque je suis triste, je demande à mon ange gardien de m'aider à trouver le courage de continuer. Au mois de mai, il a été enterré avec sa mère. C'était encore douloureux. Je lui ai dit un dernier au revoir lors de notre 29<sup>e</sup> anniversaire de mariage le 29 avril. J'ai fait brûler un lampion en souvenir de lui et j'ai dit une petite prière.

**Jacqueline Socque**

Centre À La P.A.G.E., Alexandria



## Bonheur et sagesse

La route de la vie est un grand combat et il faut parfois bûcher. Pourtant, l'important est de ne jamais oublier que les épreuves ne sont rien de plus qu'une occasion de grandir et d'aller chercher au fond de soi une force et un courage qu'on ne connaissait pas. Le bonheur, c'est la capacité et la sagesse de faire confiance à la vie.

**Claire Chabot**

La Boite à Lettres de Hearst

## Quand on veut, on peut!

Après un accident traumatique dans une mine de cuivre, mon docteur m'a annoncé que je marcherais avec deux cannes toute ma vie. J'ai donc pris mon courage en me disant que ça n'était pas acceptable. J'ai une famille à supporter et le petit salaire des accidentés du travail n'est pas suffisant pour nos besoins.

J'ai subi beaucoup d'opérations orthopédiques et fait de la thérapie intensive pour ma jambe droite. Ensuite, il y a eu les études pour devenir orthésiste du pied agréé. J'ai finalement ouvert avec qualifications et succès un commerce de fabrication de chaussures orthopédiques à Sudbury.

**Marcel Nault**

Centre de formation LCAML, Kirkland Lake

## Mes vacances

Pendant mes vacances du mois de mars, je suis allé au chalet de mon ami et nous avons fait de la raquette sur le lac. J'ai aussi fait de la motoneige, car mon frère m'a demandé d'amener les enfants de notre ami commun à leur demeure en motoneige. Les enfants m'ont demandé de faire de la vitesse. Non! J'ai refusé et j'ai conduit prudemment avec les enfants.

**Yves Pronovost**

Centre de formation pour adultes de Greenstone, Geraldton

## La sagesse des cardinaux

Le pape Benoît XVI a renoncé à ses fonctions et terminé son pontificat le 28 février 2013, en raison de son âge et du déclin de sa santé. Selon la presse, 115 cardinaux électeurs se sont réunis à partir du lundi 11 mars 2013 au Vatican pour prendre le temps d'exercer leur discernement et de choisir un nouveau pape comme successeur de Benoît XVI.

Les cardinaux électeurs ont eu la sagesse et le courage de retourner à la Chapelle Sixtine pour le cinquième scrutin le mercredi 13 mars et ce jour-là, la grosse fumée blanche de la cheminée a annoncé qu'ils avaient élu un nouveau pape.

Il s'agit de l'Argentin Jorge Mario Bergoglio, archevêque de Buenos Aires et cardinal. Il a choisi le nom de François 1<sup>er</sup> en l'honneur de Saint François d'Assise. Le nouveau pape François 1<sup>er</sup> a besoin beaucoup de sagesse dans sa nouvelle mission très importante pour l'Église catholique et pour le monde entier.

**Claudette Fongemy**

Carrefour Options+, Sudbury

## Sagesse ou courage?

Cette question me hante encore, malgré les années! À mon premier accouchement, ma fille naît avec de gros problèmes de santé. Je me sens impuissante, inquiète et surtout dépassée. Peu de temps après, je suis enceinte encore une fois! Des nausées m'empêchent de donner toute l'attention à ma chère enfant malade. Comment gérer les docteurs, les spécialistes et les hôpitaux éloignés? Alors, quand mon frère et ma belle-sœur proposent de m'aider et de s'occuper à temps plein de ma fille, j'accepte! Ai-je eu raison? Voilà la question. Dernièrement, j'ai enfin osé en parler à ma belle grande fille et elle m'a rassurée. Quel soulagement!

**Henriette Desbiens**

Plaisir de lire, Longue Rive

## Détermination

J'ai passé une grande partie de ma vie dans les hôpitaux. Depuis l'âge de deux ans et demi, je fais des crises d'épilepsie. Ce n'était pas facile pour mes parents et mes amis de me voir dans cet état. En 1992, j'ai subi une opération au cerveau et depuis ce temps, je suis paralysée du côté gauche. Le pire est que je suis gauchère.

Les spécialistes m'ont dit que je ne remarquerais jamais. J'ai prouvé le contraire dans ma réadaptation. Je suis devenue une personne avec une grande mission : je voulais marcher! Avec beaucoup de détermination, aujourd'hui je peux marcher avec l'aide d'une canne et de plus, je me débrouille assez bien du côté droit.

**Jacqueline Hamann**

La Boite à Lettres de Hearst



## Félicitations

Dans ma vie, j'ai eu des grands moments tumultueux, très passionnés pourtant, où il m'a fallu faire preuve de courage. Toutefois, jamais cela n'est resté dans ma mémoire.

Néanmoins, les 14 années que j'ai passées dans un refuge en Afrique se sont transformées en souvenirs indélébiles... En effet, lorsque je revois mon premier jour au refuge et le jour où j'ai pris l'avion pour le Canada, je suis très content. Nombreux sont ceux qui me félicitent de la patience et du courage dont j'ai fait preuve pour arriver là où je suis maintenant. À présent je vis à Winnipeg, au Manitoba, avec toute ma famille.

**Jean-Baptiste**

Pluri-elles (Manitoba) Inc.



## Courage à tout prix!

À 28 ans, j'ai posé un geste d'amour envers moi-même en suivant un cours de relations humaines. Cela m'a donné des trucs utiles qui me servent encore! À l'époque, notre professeur a eu la bonne idée de nous faire parler devant nos familles réunies. Ce défi était énorme! Le jour venu, sans hésitation et malgré une fausse-couche deux jours plus tôt, je devais relever ce défi à tout prix pour me prouver et prouver à mon Ti-Pit que j'étais capable. Quelle fierté! Ce geste courageux m'a permis d'adoucir un peu ma peine.

**Johanne Tremblay**  
Plaisir de lire, Portneuf-sur-Mer

## Faire face à ma réalité

Moi, je suis fier de venir à Plaisir de lire. Chaque matin, j'ai le courage de me rendre à l'école, malgré des difficultés à me déplacer et un vieil ascenseur qui est en panne durant des semaines et des mois, chaque année! En 1984, j'ai été 13 jours dans le coma à la suite d'un accident. Puis les années ont passé et la sclérose en plaques est apparue. C'est pourquoi j'ai vraiment besoin d'entretenir ma mémoire et je remercie ma formatrice, Henriette Emond, et tous les apprenants qui m'aident : Henriette D., Anne, Marie Soleil, Billy et les anciens. Merci!

**Gino Martel**  
Plaisir de lire, Longue Rive

## Le courage et la vie

Je crois sincèrement que le courage apporte la force intérieure et l'estime de soi. Il faut accepter nos limites, lâcher prise face à ce que nous ne pouvons pas changer, changer les choses que nous pouvons à l'intérieur de nous et garder confiance en la vie.

Le passé n'existe plus, le futur n'existe pas, seul aujourd'hui existe; il est donc le moment le plus important.

Je crois posséder ce courage à l'intérieur de moi parce que je vis un jour à la fois et parce que je le demande chaque matin en commençant ma journée.

**Anne-Marie Guillouzic**  
La Boîte à Lettres de Hearst

## De retour à l'école à 45 ans

Voici mon histoire de retour en classe. Je vous dis que ce n'est pas drôle de retourner à l'école à 45 ans. Quand j'en parle aux gens, je fais rire de moi. Mais je suis fier quand même, car je sais qu'il y en a plusieurs qui ne savent ni lire ni écrire et qui ne font pas l'effort d'aller à l'école. Il faut avoir le courage de foncer pour apprendre et être capable de faire les premiers pas pour changer de métier. Je travaille dans une pourvoirie depuis maintenant 27 ans et j'ai toujours le même salaire; ce n'est pas un cadeau! J'espère changer d'emploi un jour.

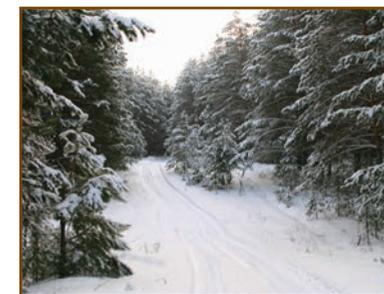
**Gino Lizotte**  
Service de formation en alphabétisation de Charlevoix



## C'était une fin de semaine...

Mon beau-frère, deux autres amis et moi avons prévu une excursion en motoneige. Avant de partir pour notre balade, mon beau-frère m'a fait l'éloge du lieu qu'on allait visiter. Il m'a dit qu'il y avait un camp où on pouvait dormir et un lac pour pêcher, mais il n'y avait rien que du bois et de la neige. Je pense qu'il avait rêvé! Nous avons parcouru un bon bout en motoneige pour nous rendre là et il faisait très froid. Malgré ce froid qui nous faisait grelotter jusqu'aux os, j'ai pu faire du feu pour nous réchauffer.

**Ghislain Cloutier**  
Centre de formation et de perfectionnement du grand Sudbury



## Rêve d'une immigrante

Mon rêve était de venir ici au Canada. Mais quand je suis arrivée, c'était un peu difficile pour moi parce que mon vocabulaire n'était pas très développé. Aujourd'hui, je remercie le bon Dieu et je remercie également les profs qui m'ont aidée à arriver à ce stade. Une chose est sûre dans la vie : quand on veut, on peut. Alors, j'encourage tous mes amis qui ont le même problème à venir participer à ce cours avec nous. Ça vous aidera dans votre avenir.

**Traore Bere Fatoumata**  
Centre Moi j'apprends, Cornwall



## Cauchemar d'un parent

Chaque matin à notre réveil, nous demandons à Dieu de protéger nos enfants. Nous tenons pour acquis qu'ils partent de la maison le matin et reviendront le soir, mais ce n'est pas toujours la réalité.

Un beau jour, alors que je suis tranquille à la maison, un policier frappe à la porte pour m'annoncer qu'un de mes fils, âgé de 20 ans, est décédé dans un accident de voiture. Mon cœur veut arrêter de battre. Je suis sidérée. Voyons, je rêve; cela ne se peut pas! Il m'a fallu du courage pour accepter cette épreuve et il m'en faut encore tous les jours. Je demande le courage de continuer mon parcours. Heureusement il me reste encore d'autres enfants, mais je ne voudrais jamais revivre pareille épreuve.

Tous les parents qui ont perdu un enfant tragiquement doivent demander chaque jour le courage de continuer. Le temps adoucit la souffrance, mais la peine est toujours présente.

**Linda Murphy**

Plaisir de lire, groupe mur-mûre, Forestville

## Sagesse (et courage)



Quand mon mari a eu un AVC (accident vasculaire cérébral) il y a 25 ans, j'étais déterminée à ce que cet événement ne détruise pas nos vies et ne prenne pas notre joie, et ce, malgré que les médecins nous aient dit qu'Edward était mourant. Nous débutons chaque journée avec un sentiment de bonheur et de gratitude, malgré les déchirures et les luttes qui quelquefois nous engloutissaient.

Edward est toujours vivant et il progresse un peu tous les jours. Nous refusons de permettre à la peur d'entrer dans nos vies. Pour vivre une bonne vie, il faut du courage!

**Kaylynne Burford**

Centre de formation LCAML, Kirkland Lake

## La sagesse du don de soi

À la suite d'un arrêt de travail, j'ai décidé de m'engager dans ma communauté comme bénévole à la popote roulante; je l'ai fait pendant 10 ans. Étant disponible, j'ai aussi pris soin de ma mère qui avait un handicap visuel. Pendant 13 ans, j'ai dû faire preuve de sagesse et de courage et faire des concessions. Son nouveau conjoint a vécu avec nous pendant six ans. Mais comme ma mère m'a donné de belles valeurs et a été un beau modèle pour moi, je l'ai fait avec tout mon cœur. J'en suis très fier et j'en remercie la vie. Pour accomplir des actes de courage, il faut écouter son cœur. La sagesse s'acquiert en ouvrant notre cœur et nos bras à ceux qui sont dans le besoin. La sagesse n'est pas un don gratuit; c'est une vertu que l'on cultive.

**Laurent Cousineau**

Plaisir de lire, groupe mur-mûre, Forestville

## Le courage d'une famille unie

Notre famille a vécu des moments difficiles quand mon père a subi un grave accident de travail et a été transféré à Toronto pour plusieurs mois. Ma mère, qui se retrouvait seule avec huit enfants, a dû s'occuper des tâches ménagères en plus des animaux, des foins et du bois de poêle pour la saison hivernale. À 12 ans, je m'occupais des animaux et durant les vacances, nous aidions tous ma mère à accomplir diverses tâches. Nous travaillions de longues journées et nous étions très épuisés.

Après 10 longs mois, mon père est revenu à la maison. Il avait beaucoup maigri et il était dans le plâtre du cou aux fesses. Avec beaucoup de courage et de détermination, il est finalement retourné travailler.

**J.G. Hamann**

La Boite à Lettres de Hearst



## Avoir confiance pour apprendre à lire

Ma mère n'a pas toujours eu confiance en moi. Mais un jour, je lui ai montré que j'étais capable de m'en sortir. Je suis retournée à l'école pour apprendre à lire et à écrire. Je me trouve courageuse, car j'avais peur d'être jugée et de ne pas être capable d'apprendre. J'avais peur aussi de faire rire de moi et que le professeur soit trop sévère. Aujourd'hui, je suis fière de moi. Je suis capable d'aller au guichet automatique et à l'épicerie et aussi de payer mes comptes.



**Aline Savard**

Service de formation en alphabétisation de Charlevoix

## Changer pour mieux avancer

À 20 ans, je n'étais plus heureuse dans mon cours de secrétariat. Je n'avais plus de plaisir à y assister et je trouvais le temps très long. Je songeais à quitter, mais je ne voulais déplaire à personne. Finalement, j'ai pris mon courage à deux mains et j'ai choisi de venir à Plaisir de lire pour y faire mon équivalence de secondaire 5. Je n'ai jamais regretté mon choix et je sais que ce geste est un pas de géant vers un avenir à ma mesure!

**Marie Soleil Dugas**

Plaisir de lire, Longue Rive



### «Dreadlocks»

Mes cheveux sont une grande partie de ma vie. Souvent, les gens qui me voient et qui ne me connaissent pas me jugent. Ils me regardent comme si j'allais leur faire mal ou comme si j'étais une droguée. J'ai aussi des tatouages. Pour moi, avoir des «dreadlocks», c'est avoir le courage de vivre comme je veux sans réprimer qui je suis! J'ai une plus grande confiance en moi avec mes «dreadlocks» que si je ne les avais pas. Je m'aime comme je suis. Je suis une belle personne! Ne jugez pas les gens trop vite; ils sont peut-être des personnes superbes.



**Valérie Séguin**

Centre Moi j'apprends, Cornwall

## Quand on veut, on peut!

Je suis une personne très timide et réservée. Mais quand vient le temps d'aider les autres qui ont de la misère, je sais les mettre à l'aise dès le début. Ça me fait chaud au cœur d'aider les autres. Par exemple, en français, je leur fais lire et épeler des mots. Ce n'est pas toujours évident de travailler avec des gens qui ont de la difficulté à lire et à apprendre. J'ai aussi été mentor d'une personne immigrante en alpha. Ça me faisait plaisir de l'aider et nous sommes devenues des amies. C'est dommage qu'elle soit partie si vite!



**Thérèse Denis**

Centre d'apprentissage Clé de St-Cyprien, comté de Rivière-du-Loup

## Est-ce que j'ai eu un moment de courage dans ma vie?

Dans la vie, on a toujours besoin de courage pour faire des choses nouvelles. Ce courage nous donne de belles expériences et nous donne confiance en soi. Je me demande parfois : est-ce que je suis courageux ou est-ce que j'ai eu un moment de courage dans ma vie? Oui! J'en ai eu.

Je suis parti seul en France pour apprendre le français. Au début c'était difficile, mais grâce à mes efforts, j'ai réussi à le parler correctement. Cela a été une expérience inoubliable et je suis fier de parler français.

J'ai aussi décidé d'aller vivre au Canada. Au début, je ne connaissais personne dans ce pays. Il m'a fallu recommencer à zéro. J'aime ce genre de défi! J'ai réussi à avoir un travail, de nouveaux amis et une nouvelle vie sur cette nouvelle terre. On a vraiment besoin de courage pour faire le premier pas.

**Yantao**

Pluri-elles (Manitoba) Inc.

## Preuve de courage (et de sagesse)

Je travaillais au département de la couture chez Ludyco, une compagnie de textiles à Montréal. Un jour, j'ai entendu quelqu'un crier mon nom et je me suis retournée, puis j'ai couru vers la dame qui avait la jambe coincée par la fourche du «forklift». Pendant ce temps, le superviseur avait sauté sur le «forklift» pour la libérer. Le superviseur et moi avons fait un siège avec nos mains pour la transporter dehors. On l'a déposée par terre confortablement et on a appuyé sa tête sur mon genou; il y avait beaucoup de sang. Elle pleurait car sa jambe lui faisait très mal. Je pouvais voir l'intérieur de la jambe, les veines, la chair et l'os. J'étais pétrifiée mais pour la rassurer, je lui ai dit que c'était une égratignure.

Pendant ce temps, mon beau-frère lui administrait les premiers soins. Les policiers sont arrivés et l'un d'eux est tombé sans connaissance. Les ambulanciers sont arrivés et j'ai traduit du français à l'anglais. Ils nous ont félicités d'avoir sauvé la jambe de la dame.

Quand tout a été fini, je me suis mise à pleurer. J'ai appris de mon père que la sagesse est de rester calme dans les moments d'urgence «pour avoir toute sa tête» et qu'il y aura amplement de temps pour paniquer ensuite. Il avait raison et depuis, je fais preuve de courage et de sagesse.

**Aline Doré**

Centre À La P.A.G.E., Alexandria



## Survivante et remplie de gratitude

En 2009, on a découvert une petite tache sur mon poumon droit. Ma vie est devenue floue, comme dans un mauvais rêve. Mon père est mort d'un cancer du poumon, alors j'ai pensé que mon tour était venu. J'ai mis de l'ordre dans mes affaires et mis à jour mon testament. J'ai réglé tous les problèmes que j'avais avec certaines personnes. Lorsque le spécialiste m'a demandé ce que je voulais faire, j'ai dit : ENLÈVE ÇA! La chirurgie a été la chose la plus douloureuse que j'ai vécue. Quatre ans plus tard, je remercie Dieu pour la vie!

**Elaine Rancourt**

La Boite à Lettres de Hearst, centre de Mattice



## Le programme Katimavik



J'avais 18 ans et je venais juste de terminer ma 12<sup>e</sup> année. Je ne savais pas ce que je voulais faire dans la vie quand j'ai découvert un programme qui s'appelait Katimavik. C'était un programme qui durait neuf mois. On devait faire du bénévolat dans trois provinces différentes. C'était dans le temps du référendum québécois et pour cette raison, l'une des trois provinces était le Québec et un tiers des participants devaient être québécois. Cela m'a demandé beaucoup de courage, parce que c'était la première fois que je voyageais et pour moi, c'était un peu effrayant.

Je suis contente d'avoir été acceptée dans le programme parce que j'ai vu la beauté du Canada et j'en ai gardé des souvenirs très spéciaux.

**Jacqueline**

Pluri-elles (Manitoba) Inc.

## Bonne décision

J'aimerais vous parler d'un moment où j'ai fait preuve de sagesse et de courage. C'est lorsque j'ai pris la décision d'obtenir mon permis de conduire. J'avais 28 ans et je me suis dit qu'il était grand temps que je me décide à y aller, même si cela m'énervait beaucoup. Alors, j'ai commencé à étudier le livre d'apprentissage que j'étais allée chercher au bureau d'immatriculation. Ensuite, j'ai pris un rendez-vous pour faire mon examen écrit, que j'ai très bien réussi. Après, c'était l'examen de conduite sur la route. La première fois, je l'ai échoué. La deuxième fois je l'ai réussi, car j'ai fait attention pour éviter les erreurs. Comme j'étais fière de moi! J'étais si heureuse que je ne pouvais pas le croire. Je peux maintenant aller où je veux sans dépendre toujours de quelqu'un. Je me suis dit : si les autres sont capables, pourquoi pas moi? Et voilà, j'ai réussi!

**Denise P. Lacombe**

Centre À La P.A.G.E., Alexandria



## Sagesse ou courage?

J'ai accepté de prendre en charge un petit garçon de huit ans qui prenait chaque jour une grosse quantité de médicaments. Sa mère, hypocondriaque, croyait qu'il ne vivrait pas plus de 10 ans. Chaque semaine, j'allais voir le médecin avec lui et on convenait de lui enlever un comprimé et de surveiller et noter ses réactions. De semaine en semaine, le petit prenait du mieux et au bout de six mois, il ne prenait plus aucun médicament et avait recommencé à vivre comme un enfant.

**Colette M.**

La Boite à Lettres de Hearst



## Le courage de vivre



On croit que les grands exploits doivent être soulignés. Je suis bien d'accord, mais les actes de courage quotidiens doivent aussi être reconnus. Dès mon jeune âge, j'ai presque perdu la vue et je n'ai pu aller à l'école; j'en ai beaucoup souffert et je me suis senti à part des autres. Il m'a fallu aussi des efforts et du courage pour surmonter un AVC (accident vasculaire cérébral) qui a laissé des traces irréparables, et aussi une maladie des reins qui m'a atteint. Chaque jour, je me bats pour vivre. J'ai même déjà pensé à tout lâcher. Mais aujourd'hui, j'ai décidé que j'allais me battre jusqu'au bout avec l'aide de ma femme.

**Michel Gagné**

Plaisir de lire, groupe mur-mûre, Forestville

## Comment j'ai célébré mon 60<sup>e</sup> anniversaire!

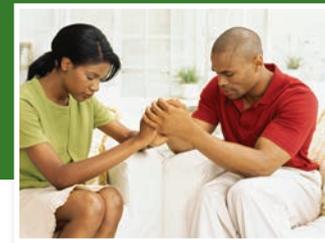
J'ai décidé de marcher 20 kilomètres dans le cadre du Défi pour la vie (*Challenge for Life*) qui est organisé annuellement par le centre de traitement du cancer du Manitoba. Pour avoir le privilège de participer, chacun devait recueillir un montant de 1 000 \$. J'ai dû demander de l'argent à un certain nombre de personnes pour réunir cette somme. Je déteste faire cela, mais si je voulais participer, je devais trouver le courage de le faire. Ensuite, j'ai pratiqué ma promenade trois fois par semaine dans l'espoir de me rendre jusqu'à la ligne d'arrivée en quatre heures et demi. C'est maintenant une expérience que je renouvelle chaque année!

**Diane**

Pluri-elles (Manitoba) Inc.



## Le courage peut devenir l'équation de la sagesse



Notre courage a été mis à l'épreuve le jour où mon fils a été opéré. Mettre sa vie entre les mains de Dieu nous a aidés à garder la tête saine. C'était trop pour nous seuls et à ce moment, la sagesse est entrée en jeu. Mon mari et moi avons décidé de nous laisser porter par les prières et les belles pensées que les gens ont bien voulu nous envoyer. Je voulais partager ce message d'espoir avec vous pour montrer qu'il est sage de faire confiance à quelque chose de supérieur à nous-même dans les moments difficiles. Merci à tous!

**Renée Dallaire**

La Boite à Lettres de Hearst, centre de Mattice

## Mon courage

Je me souviens que mon père disait que dans la vie, ça prend du courage pour avancer. Je crois qu'il avait raison. Alors, je suis en train de prendre mon courage à deux mains pour faire face à la situation que je vis présentement avec mon propriétaire, qui veut que je quitte son appartement. Malgré ce problème, je continue à suivre mes cours. Pour moi, ça prend du courage de faire face aux études en plus. Il faut toujours mettre le Créateur dans notre vie pour qu'il nous donne le courage de faire face aux situations de la vie.

**Personne apprenante**

Centre de formation et de perfectionnement du grand Sudbury

## La vie, la ville!

Un jour, j'ai quitté la ville pour m'installer dans mon village natal. Comme on dit, c'était un «retour aux sources». J'ai quitté mon travail, mon appartement, mes amis, ma ville. Tout cela pour reprendre l'immeuble commercial de mes parents bâti au-dessus de la rivière Garry. Je voyais le potentiel de le transformer en appartements avec vue sur la rivière. Gros défi... tout était à refaire. C'était comme prendre une boîte à chaussures et lui donner une autre forme! Quel projet de rêve! Après 23 ans, c'est terminé et je veux commencer un autre projet dans la grande ville.

**Michel Pigeon**

Centre À La P.A.G.E., Alexandria

## Le boa...

J'étais en vacances dans le village de ma mère quand une nuit, un boa est entré dans l'enclos où elle élevait ses moutons et ses chèvres. Ayant entendu les cris des animaux, nous y sommes allés, machettes en mains, pour voir ce qui se passait. En arrivant, nous avons trouvé un mouton étouffé, les côtes cassées et presque mort.

Ma mère a alors compris qu'un boa s'était introduit dans l'enclos et nous avons dû le fouiller. Malheureusement, j'ai été le premier à trouver le boa dans sa cachette. J'ai pris mon courage, je me suis avancé vers lui et je lui ai flanqué un coup de machette sur la tête. Tout le monde est ensuite accouru pour m'aider et nous l'avons tué. C'était la première fois que j'affrontais un tel géant.

**Alphonse**

Pluri-elles (Manitoba) Inc.



## Du coin de l'œil



À la suite du décès de mon père, ma mère et moi allions prendre notre petit déjeuner au restaurant tous les matins. Un jour, en sortant du restaurant, nous nous préparions à traverser au feu vert quand j'ai aperçu du coin de l'œil une voiture qui roulait à toute vitesse vers nous.

Sans hésiter, j'ai pris le bras de ma mère pour l'empêcher de traverser. Je crois qu'elle ne s'en est même pas rendu compte. Nous avons continué nos courses sans parler de cet incident qui aurait pu être très tragique.

**Irène Laprise**

La Boite à Lettres de Hearst

## L'accident de motocyclette

Mon petit frère Jacques avait environ 17 ans quand il a eu un accident de motocyclette avec son ami Jean-Luc. Jean-Luc conduisait et Jacques s'accrochait derrière lui. C'était la nuit et Jean-Luc a voulu changer de file pour dépasser une voiture, mais il est rentré dans une barrière indiquant une zone de construction. La lumière qui devait indiquer le chantier était éteinte et ils ont fait une chute sur la chaussée.

Plus tard, à l'hôpital, le médecin a dit qu'un membre de la famille devait donner les nouvelles à Jacques. Je ne sais pas si c'était courageux, mais la responsabilité est tombée sur moi et j'ai dû lui dire que les nerfs de son œil droit étaient coupés et qu'il était devenu borgne.

**Michelle**

Pluri-elles (Manitoba) Inc.