

Se relever après l'échec

Quatre ans d'attente pour le métier de mes rêves, enfin ce jour est arrivé! Je quitte ma famille pour 9 longs mois à l'autre bout du Canada.

Après 6 mois, j'échoue, mon rêve vient de s'écrouler. Je me sens comme une moins que rien. Je pleure toutes les larmes de mon corps. Moi qui pensais performer et obtenir la job de mes rêves. J'ai honte, je suis remplie de culpabilité. Qu'est-ce que les gens vont dire de moi ? Je plie bagage et retourne chez moi complètement anéantie. Je vis l'échec comme si la terre venait d'arrêter de tourner. J'ai peur de retourner auprès de ma famille avec le mot « échec » étamper dans le front!

À la maison, je me replie sur moi-même. Je n'ose plus sortir ni parler à personne. Je ne sais plus comment m'occuper de moi. Je n'ai plus envie de faire les tâches ménagères. Ma vie ne vaut plus rien. Qu'est-ce qui se passe ? Je suis tellement faible! J'ai la gorge nouée, le cœur qui veut exploser. J'ai des idées noires. Je dors du matin au soir. Les semaines et les mois passent. Rien ne change.

Un matin, je décide enfin de prendre rendez-vous avec mon médecin. Je me rends sur le pilote automatique. Lorsque son regard croise le mien, je fonds en larmes en essayant de lui expliquer que je suis devenue folle. Elle prend le temps de m'expliquer ce qu'est la dépression. Je ne suis plus seule maintenant… Je vois tranquillement la lumière au bout de mon tunnel. Petit à petit, je reprends goût à la vie et je recommence même à sourire! La vie n'est pas facile, rien n'est parfait. La mienne sera de m'épanouir à nouveau! Ne craignez pas de consulter, oser demander de l'aide!

450 346-5736
www.smqhr.ca

SANTÉ MENTALE QUÉBEC
Haut-Richelieu
Promouvoir. Soutenir. Outiller.

COMMUNAUTÉ



5785$ à l'Association de paralysie cérébrale

Le propriétaire du Vieux Duluth de Saint-Jean-sur-Richelieu, Pedro Marquez (à droite), et le propriétaire du Vieux Duluth de Saint-Basile-le-Grand, Daniel Dubé (à gauche), ont récemment remis un chèque de 5785$ à l'Association de paralysie cérébrale du Québec. Ils ont recueilli l'argent grâce à la vente de brochettes dans leur restaurant respectif. Au centre de la photo, on reconnaît le président de l'Association, Joseph Khoury. (Photo Canada Français-Jessyca Viens-Gaboriau)

LES DEUX FONT LA PAIRE

Une fête de Noël remplie d'émotions

PARRAINAGE CIVIQUE DU HAUT-RICHELIEU

PARTAGE. Le 16 décembre dernier avait lieu le souper de Noël du Parrainage civique du Haut-Richelieu. Plus de 200 personnes y étaient attendues. Voilà bientôt 40 ans que ce convoité événement existe.

Cette soirée festive, comprenant un délicieux repas, une piste de danse animée par un DJ et des surprises, est une expérience magique tant pour les membres filleuls que pour les bénévoles.

En cette période de l'année, où les familles se réunissent, échangent des cadeaux et savourent des repas copieux dans des décors féériques, il est important de souligner que ces éléments font souvent défaut dans la vie de nos membres filleuls. La Grande Fête de Noël devient ainsi un moment crucial de retrouvailles annuelles, offrant une occasion précieuse de partage et de célébration.

SOUTIEN DE NOS DONATEURS

Cette année, la Fondation Bon Départ, Assurance Promutuel et la Fondation le Renfort soutiennent la Grande Fête de Noël. Grâce à leurs généreux dons, ces partenariats ont permis au Parrainage civique du Haut-Richelieu de distribuer de beaux cadeaux à chacun de ses membres filleuls en plus de leur avoir offert une grande fête de Noël dynamique et magique.

MISSION

Le Parrainage civique du Haut-Richelieu est un organisme communautaire à vocation bénévole. Sa mission est de faciliter l'inclusion dans la communauté des personnes ayant une déficience intellectuelle ou physique, un trouble du spectre de l'autisme ou de santé mentale, par la création de jumelages et grâce à l'implication bénévole et citoyenne.

Pour faire un don, pour de l'information, pour devenir bénévole ou pour connaître les dernières nouvelles du Parrainage civique : www.parrainageciviquehr.com ou encore sur www.facebook.com/pcdhr

COMMUNAUTAIRE



Le Parrainage civique reçoit 4275$

Le Parrainage civique du Haut-Richelieu a reçu un don de 4275$ de la Fondation Bon départ de Canadien Tire du Québec pour acheter des cadeaux de Noël à ses membres. Grâce à la succursale de Saint-Jean-sur-Richelieu, l'organisme a bénéficié de l'appui de la Fondation dans le cadre du programme de dons à des organismes de bienfaisance dans les communautés. Le don a permis d'offrir des cadeaux aux membres filleuls du Parrainage civique lors de la grande fête de Noël. Sur la photo Dave Colangelo, directeur général du Canadien Tire de Saint-Jean-sur-Richelieu, Suzanne Barnabé, directrice générale de Parrainage civique du Haut-Richelieu, et Guillaume Bertrand, directeur adjoint du magasin. (Photo Gracieuseté - Parrainage Civique)