

# Lettre à mon amie

Chère Élyse,

Comment vas-tu ? Moi, ça va. Tu sais, nous sommes bien à la maison d'hébergement, mais parfois je me sens coupable. Hier, Samuel cherchait un de ses jouets préférés et j'ai réalisé que je l'avais oublié en partant de la maison. Il m'a demandé si nous pouvions aller le chercher et je n'ai pas su quoi lui répondre. Comment lui expliquer que j'ai trop peur de croiser son père ? Je me demande si Samuel m'en veut d'avoir chamboulé sa vie. Il n'en parle pas. J'espère qu'il ne croit pas que c'est de sa faute si j'ai quitté Paul. Les révélations qu'il m'a faites sur les comportements de son père envers lui ont peut-être précipité ma décision, mais tôt ou tard j'aurais dû partir. C'était une question de survie. Heureusement, je vais voir l'intervenante mère-enfant demain. Je suis certaine qu'elle pourra m'aider à trouver des moyens pour expliquer les choses simplement à Samuel. Ensuite, elle discutera avec Sam. Il pourra se confier un peu. J'essaie d'être à son écoute le plus possible, mais j'ai tant de choses en tête...

J'ai d'ailleurs eu du mal à m'endormir la nuit dernière. Je pensais à Samuel et aussi à ma dernière rencontre avec Mary, mon intervenante de suivi. Nous avons discuté de mes besoins et de mes objectifs pendant mon séjour. J'avais de nombreuses questions concernant mes droits et les démarches qui m'attendent. Comme je pense à divorcer, elle m'a demandé si je songeais à demander la garde provisoire de Samuel dans un premier temps. Mary m'a aussi informée des critères pour avoir droit à l'aide juridique. Je ne pense pas être admissible, mais je dois me trouver un avocat. J'ai besoin d'informations concernant ma situation personnelle et le patrimoine familial. Mary m'a remis les coordonnées de quelques avocats. Nous avons aussi parlé de la médiation familiale. Elle m'expliquait que c'est un bon système lorsque les deux parties sont de bonne foi, mais que la loi prévoit des exemptions dans les cas de violence conjugale. Parmi les démarches que je dois faire, il y a aussi la recherche d'un logement. Je vais faire un budget pour savoir quel loyer je peux me permettre. J'aimerais trouver un petit appartement près d'un parc. Il faudra sans doute que Samuel change d'école...

Je jonglais à tout ça et à mon patron, qui a gentiment accepté que je prenne mes vacances tout de suite. Je ne sais pas si je t'avais dit que Paul est passé plusieurs fois depuis mon départ ? Il téléphone souvent au bureau. Mon retour au travail me stresse. Trop nerveuse pour dormir, je me suis levée. Tout était tranquille dans la maison. Je me suis préparé une tisane et l'intervenante de nuit est venue me tenir compagnie. On a discuté de tout et de rien. Finalement, je me suis détendue et je suis allée me coucher.

Ce matin, je suis passée à l'action. Le fait d'avoir accès à internet sur place me facilite les choses. J'ai trouvé l'information dont j'avais besoin et j'ai fait de nombreux appels. J'ai obtenu un rendez-vous avec une avocate et je la rencontre lundi. Mon intervenante a vérifié avec moi pour savoir si j'avais besoin qu'elle m'accompagne pour ce rendez-vous. Je crois pouvoir y aller seule, mais ça m'a rassurée de savoir que c'était possible. Comme tu vois, les choses bougent vite en ce moment, mais je suis bien entourée.

Au plaisir de te revoir bientôt. Je t'embrasse. xxx Sylvia

*Sylvia*

Sylvia,

Je suis d'accord avec toi, mon amie. Quitter Paul était la seule solution possible. Tu étais en train d'y laisser ta santé et Samuel aussi. Il est normal que Samuel et toi ressentiez encore des effets de la violence que vous avez subie et ce, même après avoir quitté la maison. Seuls le temps et la persévérance dans tes démarches pourront t'apporter la tranquillité que tu mérites tant. Et pour ton petit Samuel, j'ai confiance qu'avec de l'amour, de l'attention et de la compréhension, toutes ces choses qu'il a toujours pu trouver auprès de toi, il s'en sortira sans trop de séquelles. De toute façon, en vivant dans une maison où la violence est présente, je suis convaincue que les conséquences à long terme sur ton fils auraient été plus importantes.

D'avoir à accomplir toutes ces démarches si rapidement doit te prendre de l'énergie. Mais, j'imagine que le fait de savoir qu'après tu vivras dans un foyer sans violence, en sécurité avec ton fils, doit te donner la force de traverser ces étapes. Je ne sais pas si tu sais à quel point j'étais inquiète lorsque je lisais tes premières lettres Sylvia. Je ne te reconnaissais plus. Et tu vois, après seulement quelques jours sans vivre de la violence, je vois déjà ta fougue revenir. Tu es active dans tes démarches et ton énergie, tu la mets à la bonne place – pour toi et ton fils. Je suis vraiment impressionnée par ton courage et ta détermination.

À travers toi, j'ai appris que lorsqu'on vit dans la violence, notre vision de la réalité est biaisée car nous sommes trop influencées par le discours de notre « amoureux ». J'avais parfois l'impression que tu perdais ta personnalité propre, que tu étais centrée uniquement sur ton conjoint. Je te vois actuellement te transformer et je trouve que c'est super beau de te voir aller. Je te sens vraiment plus en possession de tes moyens.

Cela me réconforte d'apprendre que tu as le soutien de ton patron, qui t'aide à sa manière à te sortir de l'emprise de la violence conjugale.

Je comprends dans ta lettre que tu es bien entourée par les intervenantes en maison d'hébergement afin que ton séjour soit un tremplin vers une vie nouvelle, mais si tu as besoin de moi pour quoi que ce soit, n'hésite surtout pas à me contacter. Ne lâche pas ma Sylvia, tu es capable !

Ta grande complice,

*Élyse*

Lors d'un épisode de violence ou de menace : **911**

« Ce projet a été réalisé par les trois Maisons d'aide et d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale de Laval. Sa réalisation a été rendue possible grâce au financement de l'Agence de la santé et des services sociaux de Laval. »