

Lettre à mon amie

Bonjour Élyse,

Comment vas-tu ? De mon côté, les choses s'organisent bien. Ça fait déjà un mois que j'ai emménagé dans mon nouveau chez-moi ! Je commence à être bien installée. Je voulais te remercier de ton aide et aussi d'avoir pris la peine de mobiliser tous nos amis pour mon déménagement. J'étais tellement surprise et heureuse de voir qu'il y avait tant de gens prêts à me donner un coup de main. J'étais si fébrile ce jour-là, tu te souviens ? À l'idée de partir de la maison d'hébergement pour voler de mes propres ailes, j'étais joyeuse, excitée, mais je ressentais aussi un peu d'inquiétude à l'idée de cette nouvelle vie qui m'attendait. De vous voir tous présents pour moi m'a fait chaud au cœur.

Je me souviens que j'étais inquiète à cause des derniers contacts téléphoniques que j'avais eus avec Paul. Il avait commencé par me faire des promesses mais, lorsqu'il avait compris que je ne le croyais plus, il s'était mis en colère. Avec le recul, le bon côté de ces échanges qui m'avaient tant ébranlée, c'est que si j'avais encore des doutes pour le divorce, ce n'était plus le cas après l'avoir entendu. Et comme j'étais encore en maison d'hébergement, mon intervenante était là pour me soutenir. Nous avons regardé ensemble des stratégies de protection et je suis partie plus forte et outillée pour l'avenir.

Parlant de la maison d'hébergement, une intervenante m'a téléphoné hier. Elle voulait prendre de nos nouvelles et nous inviter à une activité estivale pour les ex-hébergées. J'ai été touchée par cette attention. Elle m'a rappelé que je pouvais avoir un suivi individuel en externe pour moi ou pour mon fils. On en avait parlé pendant mon séjour, mais avec le déménagement et tout le reste, j'avais d'autres priorités et j'ai oublié. Mais, je pense que maintenant que nous nous sommes posés un peu, ce serait une bonne chose pour tous les deux. C'est certain que nous avons à nous adapter à beaucoup de choses dans notre nouvelle vie. Comme mère monoparentale, je me sens parfois un peu seule et cela me demande plus d'organisation depuis mon retour au travail. Et puis, j'ai des démarches légales en cours qui me stressent un peu. Quant à Samuel, il doit se faire de nouveaux amis à l'école et il aurait peut-être aussi besoin de parler de sa relation avec son père, qu'il voit régulièrement. Nous sommes encore en période d'adaptation, mais je peux déjà dire que notre vie a pris un tournant plus positif. Nous passons de beaux moments tous les deux dans notre nouvel appartement, que nous avons décoré à notre goût et où nous vivons paisiblement, sans violence, ni contrainte.

Je voulais te remercier Élyse de m'avoir aidée à ouvrir les yeux sur ma situation et de m'avoir soutenue, même pendant mes périodes de doute. Merci de m'avoir parlé des maisons d'hébergement. J'ai pu y faire mes démarches en toute sécurité et je sais que je pourrai toujours compter sur leur aide. Mon séjour m'a appris beaucoup de choses sur moi et m'a permis de cheminer personnellement. J'ai encore plein de défis à relever, mais je me sens plus forte et je sais qu'avec leur soutien et ton amitié, j'y arriverai. Samuel et moi te sommes reconnaissants. Tu avais raison, c'est possible !

Sylvia

Sylvia,

Enfin rendue chez toi ! Ça m'émeut quand je repense à tout ce que tu as accompli. Je constate en lisant ta lettre que la violence de Paul est toujours présente malgré ton départ. Je trouve malheureux qu'il continue d'utiliser la violence psychologique et verbale afin de t'atteindre, mais c'est rassurant de savoir que tu as vu des stratégies de protection avec ton intervenante et que tu es maintenant en sécurité chez toi. Quelle chance que tu puisses toujours compter sur l'aide de la maison d'hébergement même après ton départ. J'imagine que des liens se sont fort probablement tissés pendant ton séjour avec certaines femmes et intervenantes ! Je sais que ta nouvelle vie de maman monoparentale t'apportera de nouveaux défis, mais avec tout l'amour que tu portes à Samuel, j'ai confiance que vous y trouverez votre chemin.

Il n'y a pas si longtemps, je constatais que ma grande amie avait besoin d'aide. Je t'entends encore me raconter tes peurs et tes souffrances de vivre sous l'emprise de la violence. Je te sentais t'éteindre, perdre cette joie de vivre qui te caractérisait si bien. Lorsque j'ai vu tous nos amis se joindre à nous pour ton déménagement, ça m'a rappelé à quel point je te sentais isolée de tous lorsque tu vivais avec Paul. Même les liens avec tes parents et ta famille en souffraient. De te voir sourire au côté de ta mère et de revoir votre belle complicité d'antan est agréable. Au départ, tu étais tellement hésitante à parler de violence, j'ai compris comment cela pouvait être difficile de s'avouer même à soi-même que l'on vit de la violence conjugale. Cependant, avec tes problèmes de santé de plus en plus présents et les difficultés de Samuel qui souffrait de toute cette brutalité, tu as compris que tu devais agir et rapidement. Cela t'a pris bien du courage de prendre contact avec une maison d'hébergement afin de recevoir de l'aide, mais je suis certaine qu'aujourd'hui tu t'en félicites. En tout cas moi, depuis tu m'impressionnes chaque jour avec ta force et tes accomplissements. De voir tout le chemin parcouru, ta reprise de pouvoir sur ta vie et la force dont tu fais preuve devant les démarches à accomplir est admirable. Tout cela dans un seul but, celui de vivre à l'abri de la violence. Mais tu es la preuve vivante que la réorganisation de toute une vie sans violence est chose possible.

Je me sens privilégiée d'être ton amie et d'avoir pu te soutenir dans cette période de vie plus difficile pour toi. Si je pouvais, je publierais un article dans un journal local afin de crier haut et fort à tous que la violence conjugale est inacceptable et que l'on doit tous faire notre part afin que cela change. J'encouragerais tous ceux qui soupçonnent une situation de violence à la dénoncer et à ne pas hésiter à venir en aide à une femme dans le besoin. Tendre la main peut faire toute une différence, n'est-ce pas Sylvia ! Je te souhaite beaucoup de bonheur dans ta nouvelle vie !

Amicalement pour la vie,

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. »