www.aqtc.ca



# Le journal POUR et PAR des personnes ayant subi un traumatisme crânien





Et si la vie



Le thème de ce journal s'est imposé de lui-même. En effet, lorsque le comité s'est rencontré en janvier dernier, il faisait froid, il faisait gris et, Nancy venait de perdre son chat qui, trop malade, ne pouvait être guéri.

Quelle grande tristesse, avons-nous constaté, lorsque nous perdons une présence, une âme qui nous est si importante.

Une longue discussion s'en est suivie sur le deuil, sur l'importance d'être entouré, que ce soit par nos amis, notre famille et oui, même par notre animal de compagnie!

Dans ces pages vous trouverez le fruit de la réflexion des journalistes du Phoenix sur le sujet ou encore sur ce que le sujet leur a inspiré.

Pour terminer, nous aimerions dire un grand MERCI à Claire Archambault pour le magnifique dessin pour notre page couverture, quel beau message!

Bonne lecture!

Pssstttt !!!

Prix <sub>du</sub> Bénévolat COLANGELO DUCHARME

Le prix Colangelo-Ducharme change de formule, nous avons besoin de savoir qui fait du bénévolat dans la communauté! Si vous en faites du ou si vous connaissez un membre qui est actuellement actif dans sa communauté, appelez-moi!

Geneviève poste 225

### **ACCESSIBILITÉ UNIVERSELLE**

L'AQTC travaille fort pour permettre à tous ses membres ET non membres d'avoir accès à son matériel écrit peu importe leurs limitations.

Vous pourrez donc observer quelques changements dans votre journal Phoenix, notamment une petite inscription sous chaque photo qui permettra à une «liseuse» (pour les non voyants) de reconnaître l'espace occupé par celle -ci.

De plus, nous avons minimisé, voire même complètement enlevé les caractères en «gras», en italique et en majuscules afin, encore une fois, de faciliter la lecture de votre journal!

Pour d'autres suggestions ou modifications n'hésitez pas à communiquer avec Geneviève au poste 225

Comité phoenix : Marie-Lou Boulanger, Katerine Caron, Gabriel Gariépy-Lambert, Élianne Parent, Nancy Béliveau-Crevier

Responsable de la publication : Mise en page :

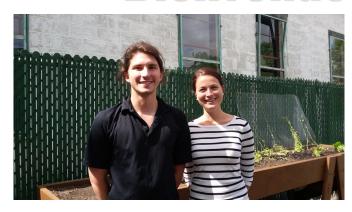
Geneviève Bibeau Patrick Ste-Marie, Laurier Chrétien

# PHOENIX

photo : Nancy Béliveau-Crevier

Nous aimerions souhaiter la bienvenue à Nancy Béliveau-Crevier qui s'est jointe, depuis janvier 2016, à notre beau comité du journal Phoenix.

### Bienvenue



Nous sommes très heureux d'accueillir au sein de notre équipe Simon Fortin-Fournier et Jessica Nadeau-Paré, étudiants en travail social à l'UDM. Vous pourrez les croiser dans les activités tout au long de l'été!

### Au revoir

### DES NOUVELLES DU COMITÉ LOISIRS

Notre Francine Grimaldi AQTC, c'est-à-dire Mme Francine Dorais, a cédé sa place au sein du comité loisirs le 15 février 2016, comme l'exige la politique pour favoriser le roulement de membres et des idées. Au cours de son mandat, Mme Dorais a ouvert l'AQTC aux activités gratuites et à coûts modiques sur l'île de Montréal : spectacles des maisons de la culture, festivals, écoles hôtelières, spectacles des finissants au Conservatoire de musique et d'art dramatique, musées insolites... Vous aurez compris que Mme Dorais, en plus d'apporter son opinion franche et sensée sur les activités AQTC, a également soufflé un vent de tendance et de fraîcheur artistique. Le comité loisirs tient donc à la remercier à nouveau pour son implication remarquable.



photo: Francine Dorais

C'est Julien Duval, citoyen engagé qui a à cœur la qualité de vie des citoyens, autant au point de vue social qu'environnemental, qui a pris le poste vacant laissé pas Mme Dorais. Il apportera ainsi sa propre couleur, tout en ayant à cœur de bien représenter les membres de l'Association. Bienvenue Julien!

# Activité

### **MONTRÉAL SOUTERRAIN**

Nous avons rejoint notre guide Ivan Drouin, de Tours Kaléidoscope, à la station Peel du métro de Montréal. C'était notre point de départ pour parcourir les corridors du Montréal souterrain. Nous avions décidé de marcher le segment reliant les Cours Mont-Royal à la Gare Centrale.

Ce n'est qu'un segment du plus vaste réseau piétonnier protégé au monde. Ni Tokyo, ni Paris, ni New York ne possède un réseau d'une telle importance. D'un commun accord nous avons décidé de ne marcher qu'une partie des 30 km de réseau piétonnier.

On dit qu'il y a 950 000 personnes qui peuvent circuler chaque jour dans la ville souterraine. C'est près de 50 % de la population de l'île de Montréal. La plupart des gens qui circulent dans la ville souterraine viennent pour des raisons telles le travail et le magasinage.

Au depart, on distingue le niveau tunnel, le niveau métro, le niveau des rues. Notre guide nous a raconté de nombreuses anecdotes tant au niveau historique qu'au niveau culturel. De 1947 jusqu'à nos jours, la construction du Montréal souterrain a entraîné des défis techniques et a aussi joué un rôle dans le développement du centre-ville.

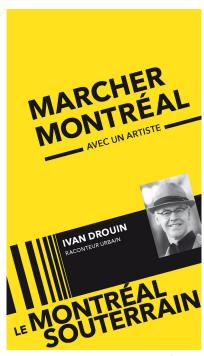


photo : Affiche de Montréal

Le tour nous a permis de constater les différences d'ambiance entre les secteurs commerciaux. Au niveau de la musique, de la lumière et du design, tout est réfléchi en fonction du type de clients qu'on veut attirer. Le plus bel exemple est celui du Centre Eaton et du Complexe Les Ailes. Au

Carrefour Industrielle Alliance, on apprend que le Cinéma Banque Scotia est un des cinémas les plus payants de toute l'Amérique.

Arrivés à Place Montréal Trust, le guide nous informe comment l'architecte a décidé de donner un semblant d'extérieur au moyen de la lumière extérieure et d'une fontaine. De plus, des balcons donnent l'allure d'une maison. L'idée est de donner l'impression qu'on n'est pas enfermés, qu'on n'est pas sous terre.

Au magasin de la Maison Simons, notre guide nous invite à entrer dans le magasin par l'escalier roulant, tout en regardant vers le haut. Nous y avons découvert une œuvre impressionnante de Molinari, un très grand artiste.

Des statues de héros nationaux du tricolore tel Maurice «the rocket» Richard et Ken Dryden.

Au Centre Eaton, on apprend qu'à sa construction on avait fait



photo : statue de Maurice Richard

PHOENIX été 2016 page 4

appel à des «spin doctors» c'est-à-dire de grands spécialistes de l'acte commercial. Selon eux, pour augmenter les ventes il fallait que, lorsque les gens arrivent, ils aient le sentiment d'être perdus. Se sentant perdus, ils devraient alors vouloir reprendre le contrôle en achetant quelque chose. Après seulement 3 ans, l'histoire montre que ce fut un échec retentissant.

Avez-vous déjà remarqué la présence d'odeurs dans des espaces commerciaux ? Le guide nous a appris qu'il faut savoir que lorsqu'on circule dans un centre commercial, les spécialistes de la vente nous incitent à acheter par l'odeur. L'odeur vient du système de ventilation. Il peut s'agir de café, de cannelle, de croissants, etc.

Nous sommes passés ensuite près du tout nouveau musée Grévin, le musée de cire. Le plus beau musée Grévin au monde simplement parce qu'il est doté de la plus récente technologie. C'est la même chose avec la maison symphonique qui est actuellement la plus performante au monde.

Arrivés aux Promenades Cathédrale, on a appris que la cathédrale Christ Church fut construite en 1859. Comme elle a été bâtie sur un sol meuble, il y avait danger d'affaissement. Des firmes d'ingénierie ont remarquablement sauvé le patrimoine religieux sous condition de pouvoir exploiter commercialement le sous-sol de la cathédrale.

On se dirige vers Place Ville-Marie. Construite en 1962, le tunnel qu'on traverse a été construit en 1992. Pourquoi ce délai ? Le propriétaire de Place Ville-Marie voulait éviter de perdre de l'argent sachant que des travailleurs voudraient magasiner ailleurs pour voir ce qu'il y avait de nouveau. Par ailleurs, ce corridor est génial pour les usagers parce qu'il relie les lignes verte et orange du métro de Montréal. C'est aussi ce corridor qui permet aux gens d'arriver directement à la Gare Centrale, à la gare d'autobus.

On termine la visite avec la Gare Centrale. Construite en 1947, elle était une des gares les plus modernes au monde entier. À ce moment, le propriétaire de ce secteur a fait venir de New York deux spécialistes qui ont eu l'idée de construire la plus vaste galerie souterraine au monde. Alors que nombreux pensaient que les gens ne viendraient pas magasiner dans un trou, il y a aujourd'hui des

gens qui viennent du monde entier pour voir ce qu'on a fait.

Notre tour du Montréal souterrain s'est terminé sur cette dernière anecdote. Maintenant, à nous d'en découvrir plus sur cet attrait de Montréal!

Gabriel Duguay



photo : les membres à l'écoute du guide.



Photo: chat roux couché sur le côté

### LES BIENFAITS D'UN ANIMAL DE COMPAGNIE

Avoir un animal domestique entraîne certaines contraintes. Il faut en être conscient et être prêt à veiller sur lui tout au long de sa vie. Mais, il apporte aussi énormément à son maître.

#### Fidélité-sincérité-affection

Un animal domestique assure une présence très précieuse. Surtout pour nous, les traumatisés crâniens car, une fois qu'on a notre accident, on perd énormément d'amis, si ce n'est pas tous. Comme ce n'est pas toujours facile de vivre seul, sans personne, sans compagnie, un animal peut nous apporter ce que l'on attend de beaucoup de l'être humain : fidélité, sincérité, affection,. On peut lui parler et se sentir écouter. Peu importe l'animal que vous possédez, il n'est pas jaloux, il ne vous juge pas et vous aime tel que vous êtes. Il est content de nous voir chaque fois qu'on rentre à la maison et il nous attend à la porte, sans chialer, notre petite bête qui est toute contente.

En cas de baisse de moral, vous trouverez toujours votre animal entrain de faire le pitre. De quoi redonner le sourire! Les animaux sont un soutien psychologique indéniable. Ils aident aussi à se sentir mieux physiquement. C'est prouvé : Avoir un animal domestique diminue l'anxiété. Ils aideraient même les personnes dépressives à mieux supporter leur maladie. Au final les avantages sont bien plus nombreux que quelques inconvénients.

### Faire le deuil de son animal de compagnie

Ce sont des compagnons, des maîtres de vie. Nous les aimons comme des amis, voire comme des frères, ou parfois même des enfants. Les animaux de compagnie occupent souvent autant de place que des êtres humains dans la vie de leur maître. Lorsqu'ils décèdent, leur absence peut créer un vide aussi douloureux que la perte d'un proche. Et un vrai travail de deuil est nécessaire. Difficile parce que trop souvent incompris et sous-estimé.

Il y a 4 étapes à passer quand on vit un deuil animalier :

La négation

L'émotion

L'acceptation

Le réinvestissement dans de nouvelles relations

Moi j'ai perdu mon beau Grizou lundi le 18 Janvier 2016 et, une chose est certaine, jamais je ne l'oublierai. Il était tout pour moi ! Il est parti après 12 ans.

Nancy Béliveau-Crevier



Encadré sur le ronronnement du chat et son pouvoir de guérison.

### **AVOIR UN HÉROS**

Quand nous étions plus jeunes nos héros, c'était sûrement nos parents ou des personnages de film ou d'histoire. Maintenant, ça a sûrement changé ou c'est peut-être encore les mêmes. Comment savoir si on a les mêmes modèles ?

### Un modèle pour avancer

Tout d'abord, pourquoi une personne a-t-elle besoin de modèles ? C'est pour avoir une référence dans certains moments de la vie, pour avoir un mode de vie qui lui convient, pour trouver des motivations, pour faire des projets et pour avancer dans la vie. C'est aussi pour l'aider, si la personne a une méthode de travail efficace.

### Dès la plus tendre enfance

Exemple, pour moi, un de mes modèles c'est un personnage dans une bande dessinée, Kuroko dans Kuruko, no basket, car je trouve qu'il a une bonne pensée positive dans une situation critique. En résumé, il jouait une partie importante de basket-ball, le match était serré et tous les autres joueurs de son équipe étaient stressés, mais pas lui car, il a dit qu'il ne pense pas à s'il perdrait ou gagnerait, qu'il pourrait arriver une météorite et la partie serait annulée. Cette façon de penser, m'aide à relativiser la situation stressante, à voir qu'il n'y a pas juste deux façons de faire, mais plusieurs.

#### Et maintenant?

Une personne qu'on admire peut être aussi un modèle important quand sa façon de penser est similaire à la nôtre, que ses projets sont motivants.

Moi, je pense qu'un modèle n'est pas juste une personne, mais l'ensemble de plusieurs personnes, alors ce n'est pas grave si tu en as plusieurs.

Gabrièle Gariépy-Lambert





photo: Katerine Caron

### LA PETITE HISTOIRE DE KATERINE

### **CLOCHETTE D'AMOUR**

Allongée près de mon chat Mika, je pleure l'amoureux que j'ai quitté tantôt. Jamais je ne pourrai être la femme qu'il a quittée et qu'il aime encore. Un fantôme flottait entre nous. Ne voulant pas être l'absente, j'ai décidé d'être présente avant tout à moi-même.

Le corps engourdi de sommeil, je marche vers la cuisine pour m'y servir mon premier café. Mika, mon gros chat tigré, est étendu devant l'évier. Va-t-il m'attaquer ? Il m'a plusieurs fois agrippé la jambe et l'a mordue à pleines dents. Ce matin, s'il me violente, je ne vais pas courir loin de lui : le punir sera bien agir.

Mika est anormalement calme. De la bave est séchée près de sa gueule. Ses oreilles sont tirées vers l'arrière. Il est raide. Froid. Immobile. Mika est mort ! Il est mort à trois ans, en pleine douleur. Je le sentais souffrant hier soir mais toutes les cliniques vétérinaires étaient fermées... Le visage baigné de larmes, je prends délicatement Mika, le caresse, et l'enterre dans mon jardin. Je choisis deux branches érodées que je place en forme de croix. Merci d'avoir été avec moi, je ne me laisserai plus dominer, tu sais que l'amour je peux trouver, tu me manques, il n'y a que ton absence qui ronronne partout.

Trois jours plus tard, je vais rejoindre mon formidable groupe de Création musicale à l'AQTC. Heureux, mes amis composent une pièce musicale, et moi, je pleure mon chat absent. Je vais être heureuse comme vous, chers amis! Votre force me donne du courage. Avec notre mélodie en tête, je cours à l'animalerie Yogi. *Ensemble, rien n'est impossible*! Aimer mes proches et mes animaux de compagnie orchestre la symphonie de ma vie. J'aime donc je suis.

Je vis maintenant avec Clochette qui est une chatte blanche, espiègle, et qui ronronne en me faisant un clin d'oeil. Dans une autre vie, elle a été trompée par son fiancé et elle est revenue ici pour trouver douceur et amour. Le fantôme de Mika rôde. Bienveillant, il sait que je ne me laisserai plus agresser. Clochette sait aussi que je ne l'abandonnerai jamais. Mika et Clochette formeront un couple quand au paradis ils se retrouveront. Je peux, moi aussi, vivre le paradis en m'aimant telle que je suis avec mon cœur enfin guéri.

Katerine Caron

# Témoignage

### Amitié et amour avant et après mon TCC

Je vais être honnête, cet article va vous en révéler beaucoup sur moi et je suis heureuse de le partager avec vous. Parler d'amour c'est le vivre davantage et je vous en souhaite beaucoup!

D'abord, mon premier regard n'a vu peut-être, possiblement, que juste comme dans un brouillard, que mon cœur et mon être tout au complet étaient en grande recherche de quelqu'un qui pouvait être là pour m'aider, car seule, j'étais inapte, sans que je le sache, bien sûr. Je n'avais aucune conscience, tant de ma condition, de qui étaient ces gens à mes côtés, de ce qu'était même un être humain.

### Fidèle compagnie

J'avais donc continuellement besoin de quelqu'un et j'ai eu la chance énorme d'avoir un amour et des amis fidèles qui me tenaient compagnie de manière directe par leur présence ou simplement en pensée, sans oublier ma famille, des cadets aux aînés, Toutes et tous ont eu le courage de venir dans cette fameuse chambre, à l'hôpital, pleine de lumières agressantes et de machines bruyantes entourant mon corps inerte et branché de partout.

### Mes yeux et ceux de mon coeur s'ouvrent

Mes yeux après six ou sept semaines, ont doucement commencé à voir toutes ces personnes qui avaient espoir de...? Je les ai ouverts, ces yeux, un peu plus, et graduellement, depuis ce temps, chaque jour où je travaille à m'améliorer, je sais qu'il y a encore des gens, des amours pour moi, mais qui ne sont peut-être plus toujours aussi essentiels. D'ailleurs, chaque semaine maintenant, je vise à voir ou à rejoindre un, deux ou plus de mes amis.

Mais parlant d'amour, mon amoureux d'avant l'accident a été pour moi et mes proches d'une aide précieuse lors de mon hospitalisation et de mes débuts en réadaptation. Il a, par la suite, cependant, continué sa vie à part, et moi, continuer mes efforts au quotidien et ma vie personnelle. Et aujourd'hui, l'amour au sens propre, est réapparu dans ma vie.

Je n'oublierai jamais le soutien empathique de toutes ces personnes qui sont mes amours, mes amis, ma famille et mes proches.

Ce n'est pas un TCC qui empêche l'amitié!

Élianne Parent



photo : deux enfants marchant sur une route en sable.



photo: inscription du mot silence à travers une loupe.

### **ATTENTION AU SILENCE**

Le Silence! Il est très rare à notre époque. Dès qu'on a un moment de silence à la télévision ou à la radio, bang! De la publicité! Et dans notre tête, maintenant qu'elle marche consciemment; même là, il faudrait en parler parce qu'on semble chercher, sans le vouloir, à meubler ce silence par des tracas, des souvenirs ou encore des projets improbables. Non, je ne dis pas "des rêveries" parce que ça ne ferait pas sérieux, quand même pour des traumatisés, ça prend un peu de sérieux.

Il y a des gens qui n'acceptent leur condition d'handicapé qu'en se détendant, en écoutant de la belle musique à la radio ce qui leur apporte une certaine sérénité ou un mieux-être dirais-je? C'est ça, prendre du temps avec soi! Réaliser qu'on est en vie et qu'elle nous sourit, alors, ne soyons pas moroses.

C'est la Société qui fuit les silences. Nous sentons souvent le besoin d'écouter la vie autour de nous alors, on allume la radio ou la télévision et, même si on ne l'écoute pas, ça fait une présence.

Vendre le silence est difficile dans cette société pleine de vacarme. Moi-même, ça m'a pris beaucoup de temps à apprécier le silence!

Claude Dumont

# Qu'est-ce qu'ils ont fait ?

Plusieurs membres travaillent sur différents projets, musicaux, théâtraux ou encore bénévoles. Nous n'avons pas la prétention de les connaître tous, mais voici quelques-uns des plus récents :

**26 mai** : la troupe de percussions (Pierre Daniel, David Fortin, Sylvie Bélisle, Guillaume Laforest, Michel White, François Rousselet et David Brown) a animé une partie de la soirée devant une salle comble. C'était le 12<sup>ème</sup> anniversaire de la résidence pour personnes retraitées Le Cavalier de Lasalle, propriété du groupe Maurice.

**31 mai** : Dans le cadre de la semaine Québécoise pour les personnes handicapées (SQPH), six membres (Sylvie Bélisle, Sébastien Deguire, Nancy Béliveau, Marilou Boulanger, Marie-France Senécal et Clément Mercier) font fait du Bénévolat lors de la soirée donnée par le ROPPHL.

**3 juin** : Toujours dans le cadre de la SQPH, une membre (Katerine) s'associe à onroule.org pour recenser quelques commerces à Laval pour l'accessibilité. De plus, elle participe à l'animation sur la sensibilisation via le projet «Vivre avec un handicap, c'est parfois de l'impro» auprès des employés du Cosmodôme.

**2-3-4 juin** : À la Maison des Arts de Laval, était présentée la pièce de théâtre «LÀ», mise en scène par Claude Paiement (bien connu de plusieurs d'entre vous !) et à laquelle participait Marcos Ariztia !

**7 Juin** : Sensibilisation dans le cadre de la SQPH. Sonia Grenon et Marcos Ariztia participent aux saynètes pour sensibiliser les utilisateurs de la STL à la réalité des personnes handicapées.

**8 Juin** : Gabriel Duguay et Nicolas Steresco participent, avec les policiers de Laval, à une opération de sensibilisation sur la vitesse au volant. Gabriel et Nicolas étaient invités à partager leur vécu avec les gens interceptés pour vitesse. Belle opération de sensibilisation.

13 juin : C'est lors de l'assemblée générale de l'AQTC que nous avons pu voir et entendre le résultat de plusieurs semaines de travail par le groupe de Création musicale mais aussi par le groupe de théâtre. L'AGA s'est ouvert sur la présentation de saynètes présentées par Julien Duval, François Rousselet, Élianne Parent, Yves Crevier, David Brown, Lucie Villeneuve, Sylvie Bélisle, Guillaume Laforest, Sonia Laniel et Marcos Ariztia. La soirée s'est terminée avec la présentation de la chanson, «Unissons nos voix» entièrement créée par le groupe de création musicale composé de : Charles Tremblay, Frantz Clermont, Pierre Daniel, André Vermette, David Brown, David Fortin, Guillaume Laforest, François Rousselet, Michel White et Stéphanie Longpré.

Pour une 4ème session, les membres de l'AQTC ont participé à l'atelier de création musicale. Encore une fois, ils ont su relever le défi de créer une chanson 100 % originale. Voici les paroles de leur dernière création.

### Unissons nos voix

#### Refrain

Marchons sur la voix du sourire ensemble Partageons tous le chemin de la joie Unissons nos voix (3x) Tous en cœur

### Couplet 1

Quand le ciel de la vie devient gris Et l'atmosphère est lourde et amère Le soleil veille toujours sur nous Avançons vers sa lumière, alors

### Couplet 2

Être libéré du quotidien Pour partir en voyage sans bagage Suivre les vagues de l'amitié Et naviguer en harmonie, alors

### Couplet 3

On aime passer du temps entre amis Car la gaieté nous contamine Rions ensemble, ça nous guérit Cultivons le bonheur, et oui

### Couplet 4

Les petits plaisirs sont importants Ils sont les dents de la clé du bonheur Dansons sur la musique avec passion Ça nous permet d'être heureux, et oui

Marchons sur la voix du sourire ensemble Partageons tous le chemin de la joie Unissons nos voix (....x) Unissons nos cœurs dans cette chanson Unissons nos forces pour un monde meilleur Unissons nos voix (....x)

### Bonjour tout le monde,

Je m'appelle Hajiba Salhi et, en écrivant ce livre, je m'impressionne moi-même. Je savais ce que je valais mais là, toute une fierté. Avec le travail que j'ai fait et les recherches, sans oublier les essais, j'ai appris une chose importante, c'est qu'on ne doit jamais juger une personne par son apparence.

Je suis contente car le but d'aider les personnes est atteint. Je souhaite que ce que j'ai fait soit utile au plus grand nombre possible, et tout ça, m'a donné le courage d'atteindre d'autres objectifs dans la cuisine.

### Pour vous procurer le livre

Vous pouvez vous procurer le livre de recettes en passant votre commande auprès de Geneviève Bibeau, par courriel : Genevieve.bibeau@aqtc.ca ou par téléphone au 514-274-7447 poste 225.

Le montant est de 12 \$ que vous devrez payer lorsque vous le prendrez au bureau de Laval ou Montréal.

### PETIT MOT D'HAJIBA



photo: Hajiba Salhi

# Entrevue

### Entrevue avec Magali, zoothérapeute

Victime d'un très grave accident de la route, selon les médecins, elle aurait dû rester marquée à vie des séquelles physiques et psychologiques dues à son accident.

Mais elle a décidé de reprendre le pouvoir sur sa vie et de s'aider. Elle a développé des outils pour reprendre une certaine autonomie et s'adapter aux conséquences de cet accident, y compris celles du traumatisme crânien sévère qu'elle avait subi.

1- Qu'est-ce que la zoothérapie ?

R : Contrairement à ce que les gens peuvent penser, il ne suffit pas seulement d'avoir un animal chez-soi. Cela consiste plutôt en une synergie triangulaire (composé du client, du zoothérapeute et de l'animal). La synergie forme un bien-être qui aide à atteindre un objectif précis mis en place au travers d'un plan d'intervention par le zoothérapeute.

2- À partir de quand as-tu décidé de devenir zoothérapeute ?

R : Grâce aux animaux qui m'ont aidée dans mon cheminement bien que, à un certain moment de ma réadaptation, juste les animaux ne me suffisaient plus car j'étais trop souffrante, démunie et dans le besoin d'une tierce personne pour me structurer et me diriger. C'est à travers la zoothérapie apportée par les intervenants autour de moi, qui se sont appuyés sur les bienfaits des animaux pour m'amener plus loin dans mon autonomie et la favoriser. Quand j'ai vu les bienfaits que cela pouvait m'apporter, j'ai décidé de devenir zoothérapeute.

3- Comment l'es-tu devenue ?

R : J'ai été formée à l'école Internationale de zoothérapie à Montréal où j'ai reçu une formation de 1000 heures, comportant des parties théoriques et pratiques sur la psychologie humaine, le comportement animal et les problématiques que peuvent rencontrer les humains.

4- Avec quels animaux travailles-tu?

R: Avec des chiens, chats, lapins, perroquet, et chevaux.

5- Avec quelle clientèle travailles-tu ?

R : J'ai acquis de l'expérience avec une clientèle en centres d'hébergements, maison de soins palliatifs et en réhabilitation à domicile auprès d'enfants et de personnes de tous les âges.

6- En quoi le TCC représente-t-il un obstacle et comment peut-il être un atout ?

R : La fatigue vraiment, manque d'énergie et douleurs et finalement incapacité à faire de longues journées. Mais il peut être un atout énorme aussi dans le sens où j'ai de l'empathie et une compassion beaucoup plus grande face à la personne en face de moi. Ça me permet d'établir un lien beaucoup plus rapidement. Mon vécu m'apporte une très grande richesse.

www. magalizoothérapie.ca 514-797-6107 Marie-Lou Boulanger

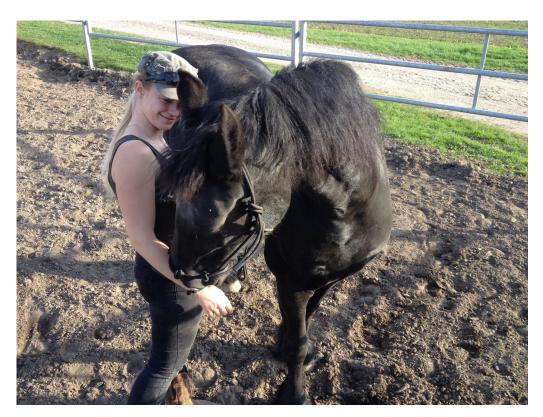


photo: Magali en compagnie d'un cheval

### MONTRÉAL

911, rue Jean-Talon est, bureau 106 H2R1V5 LAVAL

220 avenue du parc

**H7N 3X4** 



### **Téléphone 514-274-7447**

Vous avez des suggestions ou commentaires ? 514-274-7447, poste 411

# PERSONNEL



Pierre MITCHELL Directeur Général

5 1 4 - 2 7 4 - 7 4 4 7 poste 224

pmitchell@aqtc.ca

Pascal BRODEUR Directeur adjoint Laval

5 1 4 - 2 7 4 - 7 4 4 7 poste 233

pascal.brodeur@agtc.ca

### Gestion/ Administration

Dominique SAINT-CHARLES
Adjointe administrative

514-274-7447 poste 221 dominique.stcharles@aqtc.ca

Claude DUCHARME
Comptable

514-274-7447 poste 226 comptable @ aqtc.ca

Mathieu DENÉCHEAU
Communications

514-274-7447 poste 235 mathieu.denecheau@aqtc.ca

### Intégration sociale

Geneviève BIBEAU

Organisatrice communautaire Responsable du bénévolat Montréal

514-274-7447 poste 225 genevieve.bibeau@aqtc.ca

**Patrick STE-MARIE** 

Organisateur communautaire Montréal

514-274-7447 poste 227 patrick.stemarie@aqtc.ca

**Ingrid ROBERT** 

Organisatrice communautaire Laval

514-274-7447 poste 232 ingrid.robert@aqtc.ca

# Intervention psychosociale

Nathalie LAMOTHE Intervenante Psychosociale Laval

514-274-7447

poste 231

nathalie.lamothe@aqtc.ca

Roxanne Tourangeau Intervenante Psychosociale Montréal

5 1 4 - 2 7 4 - 7 4 4 7

poste 222

Soutien aux proches

oxanne.tourangeau@aqtc.ca

Marie-Léda Fleury

5 1 4 - 2 7 4 - 7 4 4 7

poste 228

marieleda.fleury@aqtc.ca

# , CONSELL D'ADMINISTRATION

Manon BEAUDOIN Présidente

Céline MARTEL Vice-Présidente

Guy RIVET Trésorier Denyse Rousselet Secrétaire Cynthia Delisle Administratrice

Pascal Sauvé Administrateur

Marie St-AMOUR Administratrice P