

Porte-Parole

Épisode 17 - Annie Pelletier : sensibiliser à la différence

[Jean-Marie] Salut ici Jean-Marie Lapointe, bienvenue à « porte-parole » diffusé sur Canal M. Avec l'émission on veut vous toucher, vous inspirer, vous partager la démarche personnelle et intime de notre invité vous faire découvrir le sens de sa vie et du but de son existence à travers son rôle de porte-parole. Victor Frankl disait que : « L'important n'est pas ce que nous attendons de la vie, mais plutôt ce que nous apportons à la vie. Au lieu de se demander si la vie a un sens il faut s'imaginer que c'est à nous de donner un sens à la vie à chaque jour et à chaque heure. » J'ai ma belle amie Annie Pelletier devant moi, bonjour.

[Annie] Salut Jean-Marie.

[Jean-Marie] Tu es fine d'être là.

[Annie] Merci de m'avoir invitée, je suis honorée quand on regarde la liste des gens que tu as accueillis, j'ai l'impression de faire partie de ton cœur parce que je pense que ce sont tous des gens qui sont dans ton cœur et des gens de cœur aussi.

[Jean-Marie] Tu as tout à fait raison puis ça me fait d'autant plus plaisir de te voir ici parce que je sais que tu choisis volontairement de moins faire d'entrevues, de moins être dans les médias, mais tu as dit « oui » à ton ami Jean-Marie puis je t'avais gossé l'année passée tu m'avais dit que ce n'était pas un bon timing l'année passée et là tu y vas, tu es là, je suis tellement content. Je le sais.

[Annie] Je suis contente que tu aies respecté ça aussi hein.

[Jean-Marie] Ouais.

[Annie] Ouais, je voulais te remercier d'ailleurs parce que je me rappelle de cette période-là qui a été très difficile, j'en ai parlé un peu sur mon Facebook, j'ai fait un gros, comme on dit en bon français, un gros burnout, surmenage professionnel, mais je me rappelle de ton invitation puis je n'avais pas assez de recul pour venir t'en parler ou pour venir te dire les leçons que je peux avoir tirées de ça. Alors je voulais te remercier tandis qu'on y est.

[Jean-Marie] Ben oui, écoute, je ne sais pas par quelle question commencer. En fait, oui. Comment tu vas aujourd'hui maintenant ?

[Annie] Aujourd'hui, maintenant je vais très bien, je suis à la veille dans quelques semaines à peine je vais avoir 50 ans alors pour moi c'est très significatif je commence une nouvelle vie aussi, j'ai quitté mon emploi au milieu de l'année donc 2023 et là je me suis offert une année sabbatique donc de septembre 2023 à septembre 2024 et j'ai décidé d'aller m'impliquer dans quatre organismes de la région de Longueuil et des environs et là ça fait déjà deux mois que je suis bénévole à l'école Bel-Essor, qui accueille 110 enfants lourdement handicapés avec des déficiences intellectuelles moyennes à très profondes, trisomie 21, autisme et je commence ma formation ce vendredi 1er décembre en webinaire donc pour apprendre à connaître le monde des autistes parce qu'il faut plonger sans faire des jeux de mots, il faut vraiment plonger dans leur monde pour bien les saisir, bien les comprendre et bien leur enseigner, les rendre le plus autonome possible donc j'ai fait deux jours par semaine là de 9h à 16h les lundis, mercredi à l'école Bel-Essor que j'adore, je suis tombée en amour avec l'école, avec la philosophie, avec le personnel aussi que c'est, ce sont vraiment des gens de cœur puis évidemment avec les enfants que j'aime beaucoup depuis toujours et de grands défis, c'est avec les moyens du bord. Je peux comprendre en ce moment les revendications des gens en enseignement, particulièrement en éducation spécialisée, enseignement spécialisé dans ce genre d'école, les défis sont énormes, le staff, le personnel est assez réduit et les besoins sont très très grands. Donc je j'essaie de faire ma petite différence à ma façon et donc là c'est l'école ensuite ce sera le CHSLD, le CPE puis je vais finir avec la « Source Bleue » à Boucherville pour aller donner de mon temps.

[Jean-Marie] Pour les personnes en fin de vie ?

[Annie] Exactement.

[Jean-Marie] « La source bleue » .

[Annie] Donc pour moi je vais comme toucher aux clientèles que j'affectionne particulièrement les enfants, les bébés en CPE, les personnes âgées en CHSLD et les personnes en fin de vie parce que ça ne veut pas dire que parce qu'on est à la « Source Bleue » qu'on est nécessairement âgé donc étant donné que j'ai perdu mes deux parents, j'ai fait de l'accompagnement, je pense que j'ai peut-être quelque chose à donner pour accompagner avec empathie , compassion, écoute aussi.

[Jean-Marie] Tu vas recevoir énormément.

[Annie] Mais je reçois déjà beaucoup beaucoup à l'école.

[Jean-Marie] Mais pas juste à l'école, à la « Source Bleue » on en reparlera parce que oui on partage un lien, on est tous les deux orphelins de nos deux parents puis tu sais que ça fait 25 ans que je marine dans les soins palliatifs comme bénévole, mais toi tu as choisi ces organismes-là, tu es dans ta sabbatique, c'est du bénévolat ou tu es rémunérée ?

[Annie] Non, c'est du bénévolat à 100 %. Ouais.

[Jean-Marie] Waouh, waouh.

[Annie] C'est un cadeau, j'ai rencontré mon comptable avant, je lui disais : « Hé, monsieur le comptable, est-ce que je peux me permettre une année sabbatique ? » et il m'a dit : « Oui bien sûr, tu as fait attention à tes sous dans les dernières années. » Maintenant moi je ne voulais pas rester à la maison à ne rien faire, tu sais je voulais continuer à faire une différence et aussi aller plonger dans ces

environnements là pour voir ma deuxième carrière, ma transition parce que bon je vais avoir 50 ans si je recommence à travailler à 51 ans jusqu'à 65 c'est près de 15 ans, puis je veux vraiment aimer ce que je fais, je veux vraiment être entourée de gens qui ont les mêmes valeurs que moi puis je veux continuer à faire une différence dans le premier travail que j'ai fait pendant 20 ans pratiquement dans le sport, j'ai adoré ce que j'ai fait puis je pense que j'ai fait une différence avec mon équipe et tout ça, avec la Fondation avec laquelle je travaillais. Puis maintenant je veux continuer, c'est une valeur qui était vraiment intrinsèque à moi, que je veux maintenir, que je veux garder puis je vais voir avec qui, est-ce que je vais travailler avec les enfants puis faire du bénévolat avec les personnes âgées ? Est-ce que je vais travailler avec les personnes âgées et faire du bénévolat avec les enfants d'une façon ou d'une autre ? Je ne le sais pas encore, mais je commence déjà avoir un feeling, moi j'ai toujours voulu travailler avec les enfants handicapés, j'ai un frère qui vit avec une déficience intellectuelle, Michel. J'ai aussi commencé mon bac en orthopédagogie en 1995 avec le rêve, avant les Jeux olympiques, avec le rêve d'avoir une classe de trisomique. Moi depuis que je suis toute petite la trisomie 21 me passionne, me fascine, quand j'étais petite je voulais avoir tellement comme à chaque fois que j'en voyais un au centre d'achat, j'allais le voir puis là je voulais parler avec lui, puis je voulais le toucher, puis je voulais comme lui faire un câlin puis je voulais avoir une communication avec lui puis je me rappelle ma mère elle me disait d'arrêter de le regarder comme ça. Tu sais moi dans ma tête d'enfant je voulais juste qu'il soit mon ami tu sais ?

[Jean-Marie] Bah oui.

[Annie] Alors voilà, je pense que je suis vraiment sur mon X en ce moment et je prépare tranquillement, à mon rythme la prochaine étape de ma vie qui sera un autre 15 ans sur le marché de l'emploi.

[Jean-Marie] 15 ans ? Penses-tu vraiment être capable de déterminer qu'il va avoir une fin ? Tu es bien trop passionnée pour dire : « Moi j'arrête à 65. », admettons que tu as trop de fun, tu vas être capable de tirer un plug à 65 ?

[Annie] Ben non, mais à 65 je pourrais redevenir bénévole.

[Jean-Marie] Ouais.

[Annie] Ça dépend des finances.

[Jean-Marie] Il te reste 15 ans on s'en reparlera, on fera un autre « Porte- parole » on s'en reparlera, mais il faut quand même revenir sur les Olympiques spéciaux parce que tu as été marraine, porte-parole, ambassadrice et tu l'es encore donc toi ton lien avec la déficience intellectuelle ça remonte à ton enfance, ce que je ne savais pas donc c'est tellement en toi, c'est dans ton cœur, dans ton âme.

[Annie] Tout à fait, tout à fait puis quand j'ai commencé c'est Pierre Boivin à l'époque qui était si je ne m'abuse, je pense qu'il était chez Bauer au début puis ensuite il est devenu président du Canadien de Montréal, qui m'a approché, lui il était impliqué dans cet organisme-là. Et avec Guy Lafleur on a été coprésident d'honneur d'une soirée de levée de fond puis ensuite de ça quand j'ai vu la vidéo des athlètes en action, j'étais vraiment impressionnée par leurs performances et évidemment leurs émotions hein parce que un enfant, on dit un enfant, mais il y a des adolescents puis il y a des adultes aussi qui participent aux Jeux olympiques spéciaux. Quand ils franchissent la ligne d'arrivée ou qu'ils montent sur le podium, ils sont tellement débordants de fierté et puis donc je suis allée voir tout de suite l'organisme puis je leur disais : « Moi je ne veux pas être juste un porte-étendard, une porte-parole, je veux être impliquée sur le terrain alors je vais être à l'aéroport quand ils partent pour une grosse compétition, quand ils reviennent, cérémonie des médailles, je veux être là, pas juste une fois par semaine, une fois par année pour une levée de fond, je veux être là davantage, je veux leur parler, parler aux parents, aux bénévoles, aux entraîneurs. » Donc depuis 20 plus que 25 ans je suis amenée à m'impliquer ici et là dans leurs activités.

[Jean-Marie] Donc ce n'est pas la veille de se finir puisque là en plus dans ton bénévolat tu vas être à Bel-Essor, à l'école et tu vas revenir encore à mettre des médailles avec ton ami Jean-Marie Lapointe au Défi sportif.

[Annie] Ça fait longtemps qu'on fait hein ? J'ai sauté quelques années quand j'étais enceinte et quand j'ai accouché, mais l'année passée j'y étais avec mon petit garçon pour le sensibiliser à la différence parce que je pense que des fois ça peut faire peur, la différence fait peur.

[Jean-Marie] Quand tu ne la côtoies pas, elle fait peur parce que tu es dans l'ignorance donc toi tu fais l'inverse à Arthur, tu le mets en contact avec la différence, tu lui expliques que ça existe puis il réagit comment quand il la côtoie maintenant ?

[Annie] Ben maintenant, est-ce que je peux te raconter une petite anecdote ?

[Jean-Marie] Puis tu peux me tutoyer aussi, oui.

[Annie] Est-ce que je peux te raconter une petite anecdote ?

[Jean-Marie] Oui.

[Annie] Mais je parlais aussi à tes auditeurs parce que ils sont des millions à nous écouter en ce moment. Mon petit garçon bon je l'ai amené au Défi sportif avec toi toute une journée, on a remis des médailles, il a même participé à l'animation avec toi d'une cérémonie de remise de médailles et quand on est revenu, il était assez fatigué, tout ça puis je pense qu'il était chamboulé, on était rentré un peu dans sa bulle. Parce que les jeunes qui vivent avec une déficience intellectuelle des fois ce concept-là de limite et de postillonnages et de câlins et de bave il l'a vécu comme vraiment, parce qu'évidemment aussitôt que je le présentais comme mon petit garçon, il y en a beaucoup qui m'ont reconnu puis là il venait, il lui parlait, puis il le touchait puis dans l'auto je sentais qu'il était songeur puis bon on était rentré un peu dans sa bulle puis je me demandais si c'était peut-être un peu trop tôt pour l'immerger dans ce monde-là. Puis finalement il y a quelques semaines à peine je suis allée à l'école, je suis allée chercher à l'école puis il m'a dit : « Maman, j'aimerais ça te présenter mon ami handicapé. » là je dis : « Ton ami handicapé ? Ben

premièrement tu peux dire juste mon ami, tu n'es pas obligé tu sais d'ajouter l'attribut handicapé parce qu'on a tous nos différences tu sais ça ? », là il dit : « Oh oui, c'est vrai, mais j'aimerais ça te présenter mon ami. » et en arrivant j'ai fait quelques pas et c'était un jeune enfant trisomique qui était là avec sa mère et sa mère avait les larmes aux yeux, puis elle m'a dit, elle m'a témoigné du fait qu'Arthur était un des seuls enfants à lui parler puis à aller vers lui et à lui demander de lui faire des câlins dans la cour d'école. Moi j'étais vraiment surprise de ça parce qu'on en avait pas trop parlé, moi je voulais laisser cette graine-là un peu murir en lui.

[Jean-Marie] Il l'avait métabolisé.

[Annie] Ben il l'avait métabolisé puis depuis que je fais du bénévolat à l'école aussi sa prof à un moment donné, elle me dit : « Votre fils est vraiment fier de vous que vous soyez impliquée bénévolement avec des enfants qui ont des différences. » Moi mon garçon il ne m'a jamais dit ça, il ne me l'a jamais dit comme ça, mais il l'a dit à l'école puis ben j'ose espérer que je vais pouvoir transmettre ce flambeau-là pour lui, pour ses valeurs à lui, quand lui va être grand. Moi j'ai ça de mon père aussi, mon père était beaucoup impliqué avec des vieilles tantes, il a pris soin de plusieurs personnes, mon père tu sais que c'est un tough de la construction, mais dans le fond c'est un tough qui comme on dit qui mangeait du chocolat mou. Tu sais mon père était pas mal un grand sensible puis c'est ça. Du plus jeune que je me rappelle, mon père il allait les fins de semaine, on allait chez des vieilles tantes que je connaissais peu, mais dans les sœurs de mes grand-mères puis on allait chez une, on allait chez l'autre, c'était rarement dans des endroits très riches, mon père amenait une petite bouteille de gin. Je me rappelle de ça là donc je pense que ça vient de lui mon désir de prêter main forte puis de faire une différence.

[Jean-Marie] Avec juste de donner du temps ?

[Annie] Juste de donner du temps, ouais. Dieu sait que j'ai donné du temps, mais aussi de l'argent.

[Jean-Marie] En plus d'avoir un frère qui a une limitation, qui a un handicap, donc tu marines dans la différence depuis ton enfance.

[Annie] Tout à fait, ouais.

[Jean-Marie] Il a quel âge ton frère ?

[Annie] Il a eu 60 ans, il a eu 60 ans en janvier 2023 puis on a fait une belle petite fête surprise dans son restaurant préféré, le Saint-Hubert pour ne pas le nommer, puis c'est ça j'ai invité plein de gens qui l'aiment et qu'il aime puis on a fêté ses 60 ans, c'était assez émotif parce que lui dans le fond à la base il est né, on ne saura jamais vraiment parce que ma mère était très très jeune, elle n'était pas majeure encore quand elle a accouché en 1963 puis on ne sera pas si c'est congénital ou non, mais c'est suite à une méningite qui a été mal diagnostiquée ou qui a été diagnostiquée trop tard. Alors après ça il a souffert d'hydrocéphalie puis il a eu des opérations au cerveau, il s'est fait poser une valve puis quand on se fait opérer au cerveau, bien souvent ça touche dans le cortex. Donc lui il n'a pas de mémoire à court terme, au niveau de la vision il y a un œil qui ne voit plus du tout, donc si on parle de coordination, de dextérité, de motricité fine, tout ça ce sont des gros gros défis, orientation spatiale aussi. Tu sais il va au restaurant, il va la salle de bain, faut l'attendre, faut aller le chercher parce que sinon il ne saura plus comment se réorienter. Donc une certaine dépendance si vous voulez.

[Jean-Marie] Il ne peut pas être autonome.

[Annie] Il ne peut pas être autonome c'est ça.

[Jean-Marie] Exact, mais en même temps il avait du goût artistique parce qu'il aimait mon père.

[Annie] Vraiment beaucoup.

[Jean-Marie] Je le plug.

[Annie] Ah oui, c'est vrai.

[Jean-Marie] C'était un fan de mon père.

[Annie] Tout à fait puis tu sais on est allé te voir en spectacle il y a plusieurs années, toi et ton père vous étiez sur la scène, mon père avait pris une photo que j'ai faite laminé, dans le temps on faisait laminé les photos, agrandir, laminé, mon frère a encore ça aujourd'hui à 60 ans dans sa nouvelle résidence où il habite à Lachine parce qu'il habite en résidence depuis 24 ans résidence familiale, résidence intermédiaire puis il a le CD, puis le DVD de Monsieur Jean Lapointe, puis quand il est décédé on en a parlé aussi. Parce que mon frère a une mémoire à long terme extraordinaire, alors tout ce qu'il l'a touché dans sa jeunesse, tout ce qui est jeunesse d'aujourd'hui les Jérolas notamment, tout ça c'est très très présent dans sa tête.

[Jean-Marie] C'est le court terme qui fait défaut.

[Annie] C'est le court terme qui fait très défaut.

[Jean-Marie] Dans cette situation. Quand on pense à Annie Pelletier, c'est sûr qu'on peut penser à ta médaille de bronze aux Jeux Olympiques de 96, on ne peut pas faire abstraction de ça, on pense aux émissions de télé que tu as fait très peu de temps après, tu es devenue rapidement une figure publique, tu n'es pas juste belle, tu t'exprimes bien, tu as tous les talents.

[Annie] Non pas tout.

[Jean-Marie] En tout cas, tu as des talents artistiques puis il faut être artiste quand on fait de la gymnastique excuse-moi, il faut être capable de créer des choses avec son corps, tu es une plongeuse émérite, tu as travaillé dans les médias, dans les communications, tu es maman, je veux dire il y a plein de compartiments, tu sais je pourrais faire un balado en cinq épisodes juste sur ta vie, mais il y a quelque chose que j'ai lu hier qui m'a profondément touché c'est un extrait d'une entrevue que tu avais donné. Je vais le lire parce que c'est très touchant et ça dévoile beaucoup, mais moi je te connais, tu es une fille sensible, tu as cette capacité à donner de l'amour et à recevoir de amour. Tu disais : « Je pense que dans ma tête d'enfant j'en ai conclu que quand tu gagnes, tu fais plaisir aux autres. » C'est beau cette phrase là puis en même temps...

[Annie] Je me rappelle très bien dans quel contexte j'ai dit ça.

[Jean-Marie] Ah, ouais ?

[Annie] Oui, je ne sais pas si tu te rappelles quand on était jeune à Radio-Canada à l'ouverture de la chaîne il y avait l'hymne national qui passait avec plusieurs images de toutes les provinces et des moments marquants du Canada et il y avait une jeune plongeuse qui plongeait dans l'eau, mais à ce moment-là je n'étais pas en amour encore avec le plongeur, mais à la toute fin il y avait le sauteur en hauteur aux Jeux olympiques de Montréal Greg Joy qui faisait un super saut. Et eux dans le montage, je ne sais pas si c'est vraiment une image qu'ils ont filmée aux Jeux olympiques, mais tu voyais un enfant d'environ peut-être 3 ans qui donnait un énorme câlin à son petit frère, sa petite sœur, je ne me rappelle plus trop, un bébé qui bavait. Mais c'était tellement beau cette image-là que moi j'ai fait je pense tout de suite l'association que quand on gagne des médailles, quand on a de la victoire, tu rends des gens heureux. Parce que les gens ils s'exclament, ils se lèvent debout, ils applaudissent. Moi j'ai encore une image que j'ai vue grâce à Radio-Canada CBC quand mes parents ont vu que j'avais remporté une médaille sur le tableau indicateur, la caméra était sur mes parents quand c'était officiel parce que moi j'étais la première à plonger, il restait 11 plongeurs puis par le temps que tous les pointages, mes parents se sont embrassés sur la bouche. C'était quand même quelque chose. Je revois cette image-là puis c'est comme si je l'avais toujours fait pour ça puis une chance que la caméra était sur eux parce que sinon je ne l'aurais

jamais vu, tu comprends ? Moi je l'ai vu par la suite quand on m'a donné des cassettes vidéo VHS à l'époque pour faire un montage de cette journée-là, j'ai pu voir ça, j'ai pu voir que la caméra puis donc c'est comme si consciemment et inconsciemment je l'avais toujours fait aussi, pas juste pour ça parce que j'ai été passionnée de ce que j'ai fait. Ça a été un choix, j'ai fait quelques sacrifices à peine, mais j'ai vraiment fait ce choix, c'est vraiment des choix que je faisais.

[Jean-Marie] Surtout que tu l'as fait sur le tard, toi le plongeur ? Ce n'est pas ton premier sport ?

[Annie] Non c'est la gymnastique artistique. C'est vraiment mes premiers rêves olympiques étaient vraiment en gymnastique artistique, qui est encore ma passion d'ailleurs, je regarde beaucoup plus de vidéos encore aujourd'hui de gymnastique artistique que de plongeur. Alors je suis très accrochée à Nadia Comăneci, Olga Korbut et tout.

[Jean-Marie] Je t'ai vu à RadioCan avec Nadia justement, tu étais en entrevue tu devais capoter, tu devais être la fan complète.

[Annie] Oui, vraiment une groupie. De là à avoir de la misère à parler puis à trouver des sujets de conversation.

[Jean-Marie] Et t'étais enceinte d'Arthur ?

[Annie] Tout à fait, j'étais enceinte. Ah non, puis tu imagines, tu sais moi je lui disais que j'avais sa photo, elle était dans ma chambre puis elle n'en revenait pas, elle a dit : « Encore aujourd'hui adulte ? » , là je disais que oui oui sa photo. J'ai un mur d'inspiration avec mes grands-parents sur ce mur, j'avais Elvis aussi, parce que moi j'adore Elvis, j'avais Nadia Comăneci, une photo de mes parents, une photo de ma grossesse parce que c'est un rêve aussi que j'avais de devenir maman. Puis je le disais qu'elle était là tous les jours. Je te vois, tu es sur mon mur de chambre à coucher, je trouvais ça très drôle.

[Jean-Marie] Mais oui, mais c'est beau, je reviens avec l'image de tes parents qui s'embrassent, qui viennent de réaliser que tu es médaillée, tu viens de gagner la médaille de bronze tu sais et que encore là si je reviens à Greg Joy avec son nom, Joy, la joie. Greg Joy qui gagne la médaille d'argent au saut en hauteur et tu vois je m'en souviens ben je l'ai vu cette ouverture de chaîne là à RadioCan avec l'hymne national et je sais très bien à quel moment dans la musique on voit ça, j'ai des frissons moi-même. Je te parle, j'ai encore des émotions de voir Greg Joy qui saute et là tu le vois lever les bras et la foule se lève et là le petit bébé baveux qui se fait donner un câlin par sa sœur. Je peux comprendre l'association entre gagner amène de la joie.

[Annie] Tout à fait, j'ai vraiment eu cette obsession-là, je pense pendant toute ma vie, même encore aujourd'hui, je pense que je suis souvent en quête pas de reconnaissance.

[Jean-Marie] Mais d'approbation peut-être un peu.

[Annie] Ah oui, d'approbation. Puis pour rendre les gens heureux, tu sais j'aime ça rendre les gens heureux. Que ce soit dernièrement je suis allée à la pharmacie, je m'en vais chercher une prescription, puis je remarque que la dame qui allait me servir craque sous la pression, une dame de peut-être 50, 55 ans puis je sens qu'elle craque, il y a quelque chose qui se passe, mais je n'ai pas vu le avant puis là elle va voir ses collègues, ses collègues se rassemblent, là je vois qu'elle pleure. Puis c'est comme 4 heures de l'après-midi puis je n'ai aucune idée de qu'est-ce qui s'est passé puis elle reprend ses esprits puis elle vient me servir puis j'ai passé mes mains en dessous parce que c'est comme des plastiques, j'ai passé mes mains en dessous puis je suis allée chercher ses mains, puis j'ai mis mes mains sur ses mains et j'ai dit : « Vous savez, je comprends ce que vous vivez puis patience ça va bien aller. » Je n'avais aucune idée de qu'est-ce que c'était, mais j'ai juste vu qu'elle a juste craqué.

[Jean-Marie] Pauvre chouette.

[Annie] Je ne sais pas, est-ce qu'elle a fait une erreur sur la caisse ? Est-ce qu'elle s'en est voulue ? Est-ce qu'elle avait des problèmes de mémoire, elle ne se rappelait plus ? Je n'ai aucune idée. Puis quelques semaines après quand je suis retournée, elle m'a remercié et moi je ne me rappelais même pas de ça. Évidemment quand qu'elle m'en a parlé, je me suis rappelée tout de suite, mais elle m'a dit : « Madame Pelletier je voulais vous dire merci pour le geste que vous avez posé il y a quelques semaines quand ça n'allait pas bien. » C'était tellement spontané parce qu' il y avait beaucoup de monde qui attendait puis je l'ai vu, peut-être que il y avait beaucoup de monde qui attendait, c'était peut-être ça, tu sais la pression.

[Jean-Marie] Elle s'en mettait sur les épaules.

[Annie] Moi je trouve ça important, je le fais souvent des fois de sourire à mon pompiste quand je vais faire l'essence, de lui parler un petit peu, d'établir des liens avec les commerces là où je vais autour de chez moi, je connais la brigadière, je lui parle, je pose des : « Comment va votre mari ? » , je m'intéresse beaucoup aux gens qui sont autour.

[Jean-Marie] Mais tu es une fille extrêmement sensible puis j'ai l'impression que tu ressens vite comment l'autre se sent quand c'est de la joie, ça te donne des frissons, mais si c'est de la peine ou tu sens une certaine angoisse, tu as un élan de vouloir soulager l'autre.

[Annie] Ouais je n'ai pas une bonne empathie, une bonne compassion et des fois ça a été...

[Jean-Marie] Tu n'as pas une bonne ? Au contraire.

[Annie] C'est ça que j'ai dit, j'ai une bonne.

[Jean-Marie] J'avais compris « je n'ai pas une bonne compassion, je n'ai pas une bonne empathie », au contraire.

[Annie] Non je pense que j'ai une très bonne empathie, une très bonne compassion, ce qui a amené des fois à ce que je sois aussi sensible parce que quand tu absorbes ça.

[Jean-Marie] Ce n'est pas toujours facile à gérer.

[Annie] Non, par exemple tu sais pendant la pandémie je me rappelle quand on voyait tout ce qu'on voyait, les morts dans les CHSLD, j'étais très affectée par ça puis d'ailleurs je m'étais promis qu'un jour j'irai en CHSLD pour nourrir nos petits vieux. Tu sais nos petits vieux c'est toi puis moi dans 25 ans.

[Jean-Marie] Exact.

[Annie] Quand on parle de nos petits vieux, c'est comme si on parlait d'une autre ethnie, d'une autre classe, c'est comme d'une autre planète alors que c'est toi moi dans 20, 25 ans puis c'est mon fils dans 40 ans ou dans 60 ans. Donc je m'étais promis qu'un jour j'irais prêter main forte, les nourrir, leur lire et leur montrer leurs albums photos, leur lire des livres qu'ils aiment, les écouter tout simplement. Je m'étais promis que je ferais ça puis je suis à l'aube de le faire.

[Jean-Marie] Tu le fais, tu le fais cette année, puis ça m'amène à avant que l'émission commence, on parlait et tu racontais une anecdote à notre autre invitée à Lysanne Richard, tu disais que tu avais accompagné des gens en fin de vie. Ça fait partie aussi de tes rêves cette année avec la « Source Bleue », mais tu l'avais fait dans un cadre qui n'était pas du tout programmé, c'est arrivé comme ça. Donc dans les soins palliatifs, qu'est-ce qui t'amène à vouloir donner du temps puis accompagner les gens en fin de vie ?

[Annie] Je pense que c'est le fait d'avoir perdu mes deux parents puis de les avoir accompagné mon père c'est grâce à l'aide médicale à mourir, il était dans les premiers à la recevoir en 2016. J'ai trouvé ça extrêmement difficile de me préparer pour ça parce qu'il n'y avait pas beaucoup de littérature à ce moment-là, pas beaucoup d'articles sur ce sujet parce que c'est se préparer pour le départ de quelqu'un quand tu le sais, puis en plus c'est ton père ou ta mère quand tu sais la date, l'heure je dis c'est comme irréel. Oui c'est irréel puis il y a personne qui pouvait savoir jusqu'alors le jour et la date et l'heure de sa mort d'un proche, que tu as aimé ou de même avec l'aide médicale à mourir, il est possible maintenant d'établir cette date et cette heure-là et de la façon que tu veux le faire et comment tu vas être entouré, avec quelles personnes. Donc moi j'étais très très anxieuse jusqu'au jour j. Aussitôt qu'il a signé je me disais tu sais il reste 10 jours, 9, 8, 7, c'est son dernier weekend de vie, c'est sa dernière nuit, puis le matin qu'on se réveille c'est aujourd'hui ça a été vraiment dur. Autant j'ai trouvé que c'était interminable parce que je pensais à lui à chaque heure, autant j'ai trouvé que c'était beaucoup trop vite parce que c'était les 10 derniers jours de sa vie, tu comprends ?

[Jean-Marie] Ouais. Mais il était toujours d'accord avec le processus jusqu'au bout ?

[Annie] Ah oui. Ah oui oui oui puis il faisait des jokes jusqu'à la fin puis il a cruisé l'infirmière jusqu'à la fin c'était tout un numéro. Oui, oui, oui, puis là ma mère était à côté puis elle disait qu'il ne changerait jamais. Non, il est mort avec le sourire, avec de l'humour sur sa chanson, une de ses chansons préférées de Jacques Brel qui est « Amsterdam » puis c'est moi qui étais responsable d'aller mettre la chanson, je suis allée la mettre quand je suis revenue dans la chambre il m'a fait le signe en voulant dire : « Plus haut, plus fort », parce que tu sais le speaker, le haut-parleur, merci, était comme dans le salon, je suis allée crinquer ça et c'était assez dramatique. C'est une chanson assez dramatique, mon père son premier travail à Matane, il a déjà été débardeur, il a travaillé dans le port, tu sais Matane c'est le bord du fleuve puis quand il est arrivé ici à Montréal à l'âge de 15 ans, il a travaillé aussi au port de Montréal donc ça je pense que ça lui rappelait un peu ces racines du début de sa vie.

[Jean-Marie] Et ta mère elle n'est pas morte avec l'aide médicale à mourir ?

[Annie] Non, non, mais elle aurait peut-être dû par exemple, parce qu'on en avait discuté tout ça puis finalement je pense qu'elle avait peut-être un peu peur puis elle a agonisé dans le fond 3 ans. Écoute quand j'allais rentrer à l'hôpital, il restait à peine 24 heures de vie, il lui restait à peine 24 heures de vie.

[Jean-Marie] Elle a vraiment étiré l'élastique ?

[Annie] Elle ne pesait même pas 80 livres à la fin. Dans le fond, elle s'est empoisonnée, elle était sur support à oxygène depuis 5 ans. Puis ce qu'on s'est fait dire quand elle est arrivée à l'hôpital c'est qu'elle était en train de s'empoisonner avec son CO₂, son propre CO₂. Donc au niveau de la saturation quand elle avait son oxygène, sa saturation n'était pas si pire, quand on enlevait l'oxygène, sa saturation descendait super vite, mais quand ils lui remettaient son sang avait de la difficulté à filtrer tout ça donc elle captait, elle gardait trop de CO₂ en dedans d'elle.

[Jean-Marie] OK.

[Annie] Moi je ne suis pas médecin, mais il y a un terme pour ça donc c'est ça, c'est son emphysème très sévère qui l'a tué et non son cancer du poumon parce que mes deux parents avaient un cancer du poumon, mais différent. Donc mon père ça été fulgurant, on l'a su en juillet mais il a mal feelé comme en janvier, des tests, des tests, le diagnostic a été posé autour du 10 juillet, autour du 22 septembre il a demandé l'aide médicale à mourir. Il voulait l'avoir avant, mais à l'époque on le laissait, on dirait le malade, on le laissait comme arriver quasiment à la fin. Alors moi je pense que mon père on lui a sauvé peut-être 2, 3, 4 semaines de dignité de vie parce qu'il est décédé avec toute sa dignité. Je pense qu'à la fin il y aurait fallu le lever peut-être le mettre aux couches, il a une autonomie qu'il commençait à perdre puis il ne voulait pas ça du tout, du tout. Et un boilermaker, un chaudronnier, un gars de construction. Lui il n'aurait jamais mis une couche tu sais. Donc il a fait ça dans ses termes, avec le sourire, avec son humour puis moi j'ai bien vécu ce deuil-là, j'ai bien vécu ce départ-là. J'ai plusieurs épreuves qui m'ont amené à vivre, mais ça c'est une épreuve que j'ai bien gérée parce que mon petit garçon avait 10 mois aussi puis j'avais besoin de toute ma force, de tout mon humour, de toute ma vivacité d'esprit et ma bonne humeur pour traverser ça.

[Jean-Marie] Mais qu'est-ce qui t'a préparé à bien vivre le deuil ?

[Annie] Ben c'est peut-être le fait que j'avais mon enfant puis je sais que mon père dans le fond il avait eu une belle vie, mon père a une belle vie, il avait eu une vie équilibrée avec des amis, des passe-temps, il jouait au bridge, il jouait aux cartes, il jouait au snooker. C'était un bon vivant, il riait, il aimait beaucoup les gens, comme il est parti on dirait avec peu de cailloux dans ses poches. Je sais qu'il aurait aimé je pense voir la femme que je devenais, la mère que je devenais ducoup ça, ça m'a motivé puis je devais prendre soin de ma mère aussi, elle a trouvé ça dur, elle est tombée malade justement quelques mois, 6 mois plus tard. Elle est tombée très très malade, elle a fait une grosse pneumonie puis elle est allée aux soins intensifs, on a pensé l'intuber. Moi je ne voulais pas qu'on l'intube tout de suite parce que ça aurait été final. Finalement j'ai leur ai dit de me laisser une journée. Je suis à la maison, j'ai parlé avec mon père qui était au ciel puis là je lui ai dit : « P'pa, tu ne peux pas venir me la chercher tout de suite, pas 6 mois plus tard, j'ai besoin d'elle. » , j'élevais mon fils puis finalement c'est ça, elle est décédée en 2022. Donc elle est tombée malade en 2017, en 2022 elle est décédée donc elle a fait 5 ans, mais je dirais que les deux dernières années ont été très très très difficiles.

[Jean-Marie] Mais je me souviens de cette période puis pour toi parce que quand tu parlais tantôt d'une espèce de burnout que tu as vécu, ce n'était pas juste professionnel, c'était l'accumulation de beaucoup de deuils, beaucoup de pertes, des pertes majeures dans ta vie et je sais à quel point tu étais proche de tes parents tu sais. Et qu'on le veuille ou pas à l'aube de tes 50 ans, tu fais le constat : ben j'en ai plus de papa, je n'ai plus de maman, j'ai un frère j'ai des amis, mais nos racines avec nos parents quand ils ne sont plus là, je veux dire, moi-même je le vis d'un côté et je peux te dire que waouh, OK. Ça change la partie, ça change la perception de notre vie.

[Annie] Ouais, ça change les autres deuils qu'on vit par la suite parce qu'il n'y a plus ta mère que tu peux appeler en premier ou ton père si tu es près de ton père. Moi ce que j'ai trouvé le plus dur dans le deuil de ma mère, c'est que contrairement à mon père elle n'avait pas eu la même vie.

[Jean-Marie] Ouais.

[Annie] Ça c'est vraiment venu me chercher parce que je sens qu'elle est partie avec le cœur extrêmement lourd, avec beaucoup d'anxiété, beaucoup d'inquiétude, elle avait des choses qui n'avaient pas été nommées, elle a eu d'énormes blessures d'enfance. Tu sais si j'avais une baguette magique, j'aimerais tellement ça retourner en arrière quand elle était petite puis essayer de faire une différence pour ne pas qu'elle vive ce qu'elle a vécu dont je ne sais même pas exactement c'est quoi.

[Jean-Marie] Mystérieux.

[Annie] Puis un peu comme dans « Back to the future » , tu sais de retourner quand mes parents se sont rencontrés aussi, quel genre de vie ils ont eu, je serais très curieuse de savoir ça pour apprendre à mieux les connaître peut-être puis à comprendre leur vie, leurs choix.

[Jean-Marie] Mais en terminant avant qu'on aille à la pause, est-ce que tu portes cette espèce d'angoisse là, cette anxiété-là cette tristesse ou lourdeur de ta maman présentement ?

[Annie] Présentement, ben là on en parle, c'est sûr que quand on en parle ça remonte tu sais, mais sinon je te dirais que ça m'a pris une grosse année. En fait pratiquement jour pour jour, elle est décédée le 18 juillet 2022 et le 18 juillet 2023 cet été j'ai senti que je l'ai laissé un peu plus aller, mais ça m'a pris une grosse année et tous les jours, j'ai pensé à elle et je me suis posée des questions sur le sens de la vie. C'est ça que ça me fait, le sens de la vie, pardonner aux gens qui nous ont offensés, qui nous ont blessés, pour se libérer de certains cailloux, aller de l'avant.

[Jean-Marie] Drôlement essentiel de faire ça.

[Annie] Aller de l'avant, regarder en avant, être positif, optimiste, garder espoir, continuer à faire une différence, faire ma petite vie tranquille, me ramener toujours à mes valeurs profondes, qu'elles sont mes valeurs ? Qu'est-ce que je veux léguer à mon fils ? Me concentrer là-dessus. Puis mon plus grand défi pour moi c'est de prendre soin de moi en ce moment, depuis un an c'est ce que je fais puis il ne faut pas que je rate parce que des fois je vais me coucher tard ou je ne vais pas nécessairement super bien manger. Avoir de la bienveillance envers moi-même, tu sais moi je suis du genre à manger une canne, je suis bien heureuse une canne de spaghetti puis je me dis que ça n'a pas de bon sens quand même, je devrais mieux manger que ça ou je devrais me coucher plus tôt alors j'ai ça.

[Jean-Marie] Une belle leçon pour fin 2023 puis 2024 ça promet avec tes beaux projets, alors on va faire une petite transition musicale, on va se permettre de mariner dans nos images, dans nos proches en tête, nos parents sont ensemble quelque part, ils sont peut-être en train de nous regarder, ils nous disent : « Ces deux-là, ça va bien, ça va bien aller. » Toujours sur les ondes de Canal m à l'émission « Porte-parole », Jean-Marie Lapointe au micro avec Annie Pelletier qui est allée vérifier son téléphone et c'est ton entraîneur Donald Dion, mais c'est le même entraîneur que Sylvie Bernier a eu.

[Annie] Exactement.

[Jean-Marie] Donc lui il t'appelle là ?

[Annie] Ouais il m'a appelé aujourd'hui, je ne sais pas pourquoi, mais on a soupé ensemble samedi avec Roxane et habituellement Sylvie Bernier est là aussi, mais elle était sur son départ pour l'Australie. Alors oui, on a maintenu ce lien-là depuis toutes ces années donc depuis 27, 28, 29 ans même parce que il a commencé à m'entraîner, écoute même plus que ça, il a commencé à m'entraîner en 1987, alors 1987 à 2023 ? Moi je ne suis pas bonne en calcul, mais vas-y donc Jean-Marie.

[Jean-Marie] Je ne suis pas bon non plus. Non, mais ce que je veux dire c'est que de 1987 à 1996 ça a été ton entraîneur.

[Annie] Non, ça a été mon entraîneur de 1987 à 1988, il a pris sa retraite et je l'ai harcelé pour qu'il sorte de sa retraite pour m'aider à faire un dernier sprint olympique avant les Jeux de 1996 donc il a été avec moi 1 an et 3/4 avant les Jeux de 1996.

[Jean-Marie] 36 ans, d'après notre technicien Mathieu parce que moi calcul mental, sweet fuck off zéro, je ne l'ai pas du tout. Alors surtout pas en ondes avec le facteur stress, un peu comme dans « Génies en herbe » ou à « Fort Boyard » ne me pose pas des questions mathématiques, je suis zéro.

[Annie] Et moi je suis allée faire l'émission « Génial! » il n'y a pas longtemps, j'avais toutes les réponses, mais après j'ai perdu, mon équipe a perdu.

[Jean-Marie] Donc Donald, le beau Donald, bah tu lui retourneras l'appel tantôt et là tu sais que le concept de l'émission, la deuxième moitié c'est qu'on pige dans le chapeau magique des questions.

[Annie] C'est vraiment comme chaque truc à une question ou dans le sens...

[Jean-Marie] Chaque papier c'est une question différente.

[Annie] C'est ça que je veux dire. Genre tu n'as pas mis 10 fois la même question pour augmenter la probabilité que je réponde à exactement ce que tu voulais ?

[Jean-Marie] Tu vois, je n'ai pas l'esprit crosseur comme toi.

[Annie] Oh non !

[Jean-Marie] Quoi ? Quoi ?

[Annie] Quelle a été la plus grande déception de ta vie ?

[Jean-Marie] Pourquoi « non » , « oh non » ?

[Annie] C'est qu'il faut que je pense, la plus grande déception de ma vie ? J'ai eu tellement de grandes joies.

[Jean-Marie] Bah oui, ça c'est peut-être une autre question.

[Annie] J'ai réalisé plein de rêves.

[Jean-Marie] On s'en fout, c'est quoi la question ?

[Annie] Quelle a été ta plus grande déception ? Parce que ma vie n'est pas finie by the way.

[Jean-Marie] Non, I know. Ah, tu penses qu'il va en avoir d'autres ?

[Annie] Non, ça veut dire que je pourrais dire de ne pas avoir rencontré le grand amour, mais ma vie n'est pas finie.

[Jean-Marie] OK, mais ça peut être une déception présentement à presque 50 ans de ne pas avoir vécu le grand amour.

[Annie] Bah de ne pas l'avoir vécu parce que j'ai vécu de grands amours évidemment, je suis une fille passionnée, mais de pas avoir vécu le grand amour qui fait que c'est sain, que c'est partagé.

[Jean-Marie] Que c'est durable aussi.

[Annie] Durable dans le temps, évidemment.

[Jean-Marie] OK, bah c'est une belle réponse ça, tu vois quand tu te forces à penser, c'est ça que ça donne. Next. Viens-tu de déchirer ma question même en petit morceau ?

[Annie] Ah, c'est parce que tu en as besoin pour les autres.

[Jean-Marie] Bah ouais, je n'ai pas le budget moi d'imprimer les questions à chaque semaine.

[Annie] Bon, au paradis, admettons qu'il existe, qui as-tu hâte de retrouver et pourquoi ? Wahou, mais c'est sûr que c'est mes parents, c'est sûr que j'aimerais ça, je ne sais pas s'ils ont été témoins de ce que j'ai vécu depuis qu'ils sont partis, je me pose beaucoup de questions, j'y crois de moins en moins qu'ils nous regardent puis qu'ils nous protègent parce que si c'était le cas il n'y aurait pas autant de drames sur la planète. Si on avait tous un ange gardien en haut.

[Jean-Marie] Il y en a qui filerait plus, qui filerait mieux peut-être.

[Annie] Je veux dire il n'y aurait pas autant d'injustice, il n'y aurait pas autant de victimes.

[Jean-Marie] Mais ce que tu as dit avant la pause, avant la transition musicale tu disais que si tu pouvais avoir une baguette magique tu irais voir dans les souvenirs de ta mère. Donc tu aimerais peut-être avoir des conversations sur ces thèmes-là avec ta maman puis ton papa ? Parce que tu sais nos parents avant qu'on vienne au monde, il y avait toute une vie avant, mais nous on ne la connaît presque pas cette vie-là, d'aller fouiller un peu avec leurs souvenirs.

[Annie] Oui j'aimerais ça, j'aimerais ça voir comment était sa santé mentale quand elle était toute petite quand elle était adolescente, jeune adulte ce par quoi elle est passée, quels sont tous ses cailloux qu'elle a gardés en elle, sa rancœur, sa rancune, ma mère elle avait beaucoup beaucoup d'amour dans son cœur et aussi beaucoup de rage. Et à un moment donné, je me suis rendu compte que moi aussi j'avais pas mal de rage dans mon cœur à une certaine époque. Puis à un moment donné si tu ne peux pas finir.

[Jean-Marie] Ça devient lourd ça.

[Annie] Ça devient lourd ça alors voilà.

[Jean-Marie] Belle réponse.

[Annie] J'ai bien répondu à ta question ?

[Jean-Marie] 10/10, une belle note ça.

[Annie] 10/ 10, on aime ça hein ? Note parfaite.

[Jean-Marie] Comme Nadia. 10/ 10.

[Annie] Wow, longue question.

[Jean-Marie] Prends ton temps.

[Annie] Ça remonte à quand la dernière fois que tu as pleuré devant quelqu'un/ quand tu étais seule ? La dernière fois que j'ai pleuré.

[Jean-Marie] Soit devant quelqu'un ou soit seule.

[Annie] C'est rare que je pleure premièrement.

[Jean-Marie] C'est vrai ?

[Annie] Ouais, moi c'est plus, c'est ça l'affaire c'est que ça se transforme en rage.

[Jean-Marie] C'est le presto, tu accumules.

[Annie] C'est comme si ça se transforme plus en rage quand il y a quelque chose qui vient me chercher, ça dépend quoi, si c'est contre moi ou par exemple de voir un enfant, oui je peux te dire que j'étais très émue, mais je n'ai pas pleuré, mais j'étais très émue cette semaine quand j'étais à l'école Bel-essor, j'étais dans une classe où il y a le jeune Félix et d'autres qui sont lourdement handicapés en fauteuil puis je les regardais et je me disais il y avait des musiques de Noël qui jouaient à l'écran géant dans la salle, dans leur local puis je me disais eux leur Noël, il n'y aura pas de break à Noël pour eux, je veux dire nous on est en vacances, on a un break de stress, on a un break, on passe du temps en famille, mais eux le break, leur corps ne leur appartient pas, ils comme sont prisonniers de leur corps, de leur handicap, ils sont gavés, ils n'ont pas. Tu sais il y en a qui n'entendent pas bien, ils n'entendront pas les chants de Noël, il y en a qui ne voient pas bien, ils ne verront peut-être pas le

Père Noël, il y en a qui sont gavés, ils ne pourront pas boire du bon vin comme on dit, puis la bonne bouffe, ragout de patte de cochon puis la tourtière puis tout. Pour eux ça va être une journée où ils continuent à être pareils.

[Jean-Marie] Comme une autre.

[Annie] Comme une autre, ils continuent à être gavés.

[Jean-Marie] Est-ce qu'ils peuvent percevoir l'atmosphère magique du temps des fêtes autour d'eux ?

[Annie] J'ose espérer.

[Jean-Marie] Quand il y a des gens qui sont en train de se réjouir, d'avoir du plaisir.

[Annie] J'ose espérer parce que quand je suis avec eux puis qu'on leur fait, on leur parle dans l'oreille puis qu'on leur dit des petites affaires qui on sait vont les faire sourire, ils sourient. Donc ils ont une perception puis des fois même ils peuvent plus comprendre que l'on ne pense alors ça me donne l'espoir, mais je trouve que c'est une grande injustice.

[Jean-Marie] Alors, c'est ça qui t'a fait pleurer ou c'est ça qui t'a rendue émue ?

[Annie] Ouais, de voir que Noël s'en venait puis que pour eux ce n'est pas si différent, ils doivent continuer à se battre pour vivre, pour survivre.

[Jean-Marie] Mais pleurer de joie ça t'arrive ?

[Annie] Non.

[Jean-Marie] Non ? D'être émue aux larmes par quelque chose de magnifique, d'un geste d'une grande beauté, d'une grande générosité et pourtant tu es une sensible.

[Annie] Ah, dans ce sens-là.

[Jean-Marie] Ben aussi c'est parce que je te connais Annie Pelletier, tu es vraiment une fille hyper sensible.

[Annie] Ouais, mais je ne sais pas s'il y a quelque chose à qui j'en ai parlé, à Paul Arcand, il n'y a pas si longtemps, mais je prends une médication pour mieux gérer mon humeur.

[Jean-Marie] OK.

[Annie] Je ne sais pas si c'est ça, mais avant de prendre cette médication-là il y a un an j'étais extrêmement émotive, tout me rendait émotive. Je voyais mes deux écureuils que je vois tout le temps dans ma cour, faire des flips, tu sais quand tu regardes les écureuils c'est vraiment drôle hein, ils font des flips, ils se sautent dessus ils font vraiment des sauts périlleux avec des vrilles, ils partent et reviennent. Ça, ça pouvait m'émouvoir, il y a beaucoup de choses qui pouvaient m'émouvoir. Là en ce moment, je ne suis plus dans une période où on dirait que tout est un petit peu neutre. Je n'ai plus de rage au cœur, mais est-ce que je m'émeuve facilement ? C'est comme si je réussis plus à prendre sur moi dans toutes les situations.

[Jean-Marie] Je comprends, donc les écureuils que tu vois faire des pirouettes, tu vas sortir les cartons, tu vas leur donner un 9 ou un 8, mais tu ne pleureras pas.

[Annie] Ouais c'est ça.

[Jean-Marie] OK, je comprends.

[Annie] Mais ce que je veux dire j'étais très très très émotive dans cette année de deuil là, de l'année passée aussi, j'écoutais des chansons de Ginette Reno par exemple, de Nana Mouskouri qui me rappelait ma mère, Barbara Streisand, puis je pleurais, j'ai beaucoup pleuré en 2022, mais 2023 je me suis ressaisie.

[Jean-Marie] Tu donnes un break à tes larmes.

[Annie] Oui.

[Jean-Marie] Mais il faut dire que tu avais l'accumulation ton père, ta mère en peu de temps l'un après l'autre, plus le job burnout, tu as eu une accumulation.

[Annie] Ouais puis une séparation, un déménagement, mon frère aussi, je m'occupe de mon frère handicapé, c'est quand même beaucoup de responsabilités, parce qu'on le vit tous, moi je ne veux pas paraître comme une victime, on vit tous des épreuves puis de l'accumulation aussi, on en vit tous, puis de la charge mentale également. Puis moi à un moment donné je l'ai dit, je l'ai écrit sur Facebook, je tenais vraiment à remercier les gens qui m'avaient épaulé.

[Jean-Marie] Tu avais fait tellement un beau message, un beau témoignage d'ailleurs je t'en ai parlé tantôt, Julie Visina qui travaille avec moi pour les publications TV a dit que ça ferait une belle entrevue. Mais c'est vrai ce que tu avais dit et à ce que tu rendais hommage, c'est aussi au fait que tu avais demandé de l'aide.

[Annie] Oui, tout à fait.

[Jean-Marie] Ça c'est un beau message d'espoir pour des gens qui souffrent en silence.

[Annie] Ouais je pense que quand j'ai écrit ce truc, c'était vraiment d'abord et avant tout par gratitude et aussi pour donner une petite fleur aux professionnels de la santé qui m'avaient accompagné dans tout ça et parce que le système de santé des fois est tellement comme critiqué, mais il ne faut pas tout mettre dans le même panier parce qu'il y a des professionnels de la santé à l'intérieur du système qui sont compétents, qui sont passionnés, qui ont le bonheur à cœur, la santé à cœur de ceux qu'ils accompagnent puis moi j'ai eu une ergo, un psychologue qui m'a aidé, ma médecin docteur Lesage elle était vraiment à l'écoute, massothérapeute, ostéopathe. J'ai été vraiment très choyée puis j'ai voulu démontrer une certaine gratitude puis je sais que ce n'est pas tout le monde qui peut avoir accès à tous ces professionnels-là. Mais de ne serait-ce que d'avoir confiance en le système, qu'il y a des super professionnels à l'intérieur du système, j'ai voulu comme donner espoir.

[Jean-Marie] Puis tu as raison de le faire ce témoignage-là puis deuxièmement ce que j'ai envie de te dire c'est quand tu vas découvrir les soins palliatifs que ce soit à la « Source Bleue » ou à la « Maison ST-Raphaël » où papa est décédé, c'est une autre chose. Tu vas réaliser que la médecine palliative de fin de vie, c'est de la médecine profondément humaine où on prend le temps. Où il y a un ratio idéal de patients/ préposés/ médecins/ infirmiers/infirmières tu te dis : « My god » Je ne veux pas dire que j'ai hâte de mourir, mais j'aspire à mourir dans des endroits comme ça, alors toi comme bénévole ou intervenante en soins palliatifs tu vas capoter.

[Annie] C'est sûr qu'à ce moment-là sûrement que les larmes vont monter.

[Jean-Marie] Tu verras les émotions ça vient naturellement, on ne force pas ces choses-là, mais c'est tellement beau je trouve ce que tu es en train de te préparer à vivre pour 2024, je trouve ça vraiment inspirant, c'est une belle année.

[Annie] Ouais.

[Jean-Marie] Un retour aux études.

[Annie] Un retour aux études possible oui. Ben c'est sûr que je dis « Possible » , c'est sûr qu'il va avoir lieu parce que je veux aller chercher, je veux aller chercher des connaissances. J'ai de l'expérience, je pense que j'ai le cœur à bonne place pour faire ça, j'ai un instinct qui est très présent, je pense que la vocation est là, mais je vais avoir des connaissances parce que le monde de l'autisme et de la déficience intellectuelle tu sais c'est tout un apprentissage à faire puis je veux être compétente, je veux être bonne.

[Jean-Marie] Oui, puis tu as déjà des bonnes prédispositions avec tes 25 années et plus avec les Olympiques spéciaux, tu as une bonne base.

[Annie] J'ai une très bonne base, merci.

[Jean-Marie] Avec plaisir.

[Annie] Qu'est-ce qui actuellement dans ta vie est ton plus grand défi ? Le plus grand défi je t'en ai parlé peut-être un petit peu tantôt, c'est de bien prendre soin de moi sans être narcissique ou égocentrique. Parce que si je prends soin de moi ben je vais bien puis je prends bien soin de mon fils puis je prends bien soin des enfants avec qui je suis impliquée puis mon bénévolat je tiens mes engagements donc mon énergie est là puis ma force mentale est là pour continuer à rebondir comme j'ai fait.

[Jean-Marie] Arrête de scraper mes papiers.

[Annie] Excuse moi.

[Jean-Marie] Attends je vais te faire rire, en fait non moi je vais être ému en te la disant parce que c'est probablement une des plus belles citations que j'ai eu à lire

de ma vie. Elle vient de Diane Telle et ça va te parler. Diane Tell a dit : « Le silence entre les notes fait la musique, le silence entre les chansons fait les albums et le silence entre les albums fait les carrières. » C'est beau hein ?

[Annie] Ouais.

[Jean-Marie] Donc la période de silence que tu te t'octroies, que tu te donnes, que tu t'offres présentement pour 2024, ce n'est pas un silence vide, c'est peut-être un silence loin du tumulte du travail, de la performance. Moi j'en ai connu dans ma carrière des périodes de silence.

[Annie] Tu sais quoi ? Elle est volontaire, c'est de m'éloigner de la performance, oui c'est une volonté que j'ai. Oui, c'est une volonté. La situation de la perfection aussi, j'essaie de lâcher prise là-dessus.

[Jean-Marie] Tu te donnes un break ?

[Annie] Ouais.

[Jean-Marie] De ça aussi.

[Annie] Puis tu sais la bienveillance ça commence par ça aussi. À un moment donné je suis allée chercher de l'aide je me suis dit que là-dessus je suis limitée, j'ai quitté mon emploi. J'ai décidé de passer le flambeau, je me suis dit que j'allais être probablement plus utile ailleurs puis je veux m'éloigner de ça, je vais être plus comme dans l'appréciation, la gratitude. Travailler fort ça ne veut pas dire de ne pas travailler, de travailler fort, mais de ne pas être trop axée sur le résultat, d'être axée sur le moment présent puis ce que je fais en ce moment, je fais une différence que ce soit à l'école ou CHSLD, peu importe. Puis d'apprendre à travers ça, continuer d'apprendre que ce soit un métier, une profession, une vocation, des façons de faire.

[Jean-Marie] Mais ça fait des années, moi depuis que je te connais que tu es dans la performance qu'on le veuille ou pas, dans un sport jugé, avec des médailles.

[Annie] Dans le regard des autres aussi.

[Jean-Marie] Dans le regard des autres, dans les attentes des autres donc ça te met de la pression puis je le sais quand tu disais tantôt la phrase que j'ai lue, tu disais : « Je pense que dans ma tête d'enfant, j'en ai conclu que quand tu gagnes tu fais plaisir aux autres. » , donc faire plaisir ça peut devenir aussi comme une contrainte, pas comme esclave, mais pas loin. On devient accroché à l'approbation puis au regard des autres.

[Annie] Ben tout à fait je pense que le départ de mes parents amène aussi une nouvelle façon d'entamer ma vie tu comprends, parce que je pense que j'ai été très accrochée à avoir leur approbation, leur amour et là évidemment je veux continuer à les rendre fiers même s'ils sont en haut, mais peut-être avec un petit peu plus de détachement, j'assume ma vie, mes choix puis je suis mon instinct puis je suis la seule personne à satisfaire aujourd'hui.

[Jean-Marie] Exact, mais tu es libérée des attentes et des applaudissements des autres parce que de toute façon tes parents ne sont plus là. Peut-être que dans ton petit cœur d'enfant tu te dis : « J'espère que papa est fier de moi où il est. » , peu importe, mais toi tu as choisi de te dire : « Moi je fais de quoi pour moi, au bénéfice du plus grand nombre mais sans applaudissements en retour. »

[Annie] Tu sais qu'est-ce qui me fait le plus plaisir ?

[Jean-Marie] Non.

[Annie] Le mot « Merci ». That's it. Ne me donne pas de fleur, ne me mets pas sur un piédestal surtout, ne me fais pas une grande déclaration, manifestation, party, surprise, non. Il faut juste me dire « merci » .

[Jean-Marie] Un « Merci » sincère.

[Annie] Un « Merci beaucoup ». Ça m'a aidé, ça fait une différence, tu sais quand j'arrive dans une classe, je le sens que c'est apprécié, alors un « Merci », tu n'as pas idée. C'est assez pour moi.

[Jean-Marie] « Merci. » est une phrase complète.

[Annie] C'est une phrase complète.

[Jean-Marie] Merci de piger une autre petite question.

[Annie] Ça dure longtemps, on a le temps de jaser.

[Jean-Marie] Je te l'avais dit plus c'est long plus c'est bon.

[Annie] Que signifie le mot « amitié » pour toi ? Le mot « amitié » , ce n'est pas un mot qui est si facile parce que quand on est athlète de haut niveau, en tout cas je peux juste parler pour moi je ne peux pas parler pour tous les athlètes parce que maintenant ça a changé, mais dans le temps je me rappelle d'avoir eu peu d'amis. Tu sais j'en ai au secondaire que j'ai gardé d'ailleurs Emmanuella, Martin et Mickaël, ce sont mes trois amis.

[Jean-Marie] OK, Emmanuella, Martin et Mickaël parce que je pensais c'était son nom complet.

[Annie] On est comme un quatuor et on ne s'est pratiquement jamais lâché puis on se voit encore. Puis on a des soirées où on rit, on est complice, je peux être avec eux sans maquillage vraiment au sens propre comme au sens figuré. J'ai Donald Dion qu'on a parlé tantôt, Sylvie Bernier, Roxane ça c'est le côté plus plongeon.

[Jean-Marie] Mais Roxane est une plongeuse ?

[Annie] Oui, aussi une ancienne plongeuse qui s'est blessée malheureusement, mais qui avait autant de talent que moi pour aller aux Jeux olympiques. Mais tu vois le destin, une blessure tu dois remiser tes rêves.

[Jean-Marie] Rendez-vous manqué.

[Annie] Exactement. J'ai deux invités que tu as reçus, Danielle et Mario. C'est un couple d'amis que je connais depuis longtemps.

[Jean-Marie] Mario Cecchini.

[Annie] Exactement, depuis plusieurs années et qui m'ont beaucoup aidé, qui était là dans les moments les plus importants de ma vie du moment que je les ai connus. Je les ai connus, je ne me rappelle plus l'année.

[Jean-Marie] Ils ne restaient pas dans ton coin ?

[Annie] Oui, eux se sont rencontrés dans le temps dans ta ville d'Anjou, mais je ne me rappelle plus la première fois que je les ai rencontrés, je pense que c'est autour de 2010. Puis on a on a vraiment bâti une belle amitié puis quand j'ai accouché, ils étaient là, quand la piscine « Annie Pelletier » a été inaugurée, ils étaient là aussi. Écoute eux autres sont tellement occupés, ils partaient d'un bord et de l'autre de la

ville, ils s'en allaient à Toronto, ils se sont arrêtés dans l'est de la ville à Montréal pour la piscine.

[Jean-Marie] C'est tellement du beau monde.

[Annie] Dans les moments difficiles ils ont été là, ils m'ont envoyé des fleurs et des fleurs et des fleurs que j'ai encore à la maison séchées.

[Jean-Marie] Du beau monde puis du vrai monde.

[Annie] Ouais et Sophie aussi que tu as rencontrée. C'est quelqu'un que je vois moins depuis qu'elle est à Ottawa. Mais Sophie Grégoire qui est une ami depuis 25 ans et avec qui on a une connexion de cœur et autant on peut parler d'affaires profondes, autant on peut rire aux éclats comme si on avait 4 ans.

[Jean-Marie] Vous avez une forme d'énergie très très très similaire et très complexe.

[Annie] Tu trouves ?

[Jean-Marie] Ah mon Dieu, ben oui, je ne suis pas du tout étonné. Next.

[Annie] Ah très longue question. Si tu avais la possibilité de passer une journée de ta vie en compagnie d'une personne décédée ce serait qui ? Ce serait ma mère. Ouais, ouais. Ce serait vraiment ma mère pour essayer de, je ne sais pas, d'essayer de dénouer des choses, je ne sais pas si ça sera une bonne chose parce que là mon deuil commence à être fait. À un moment donné il faut laisser aller nos parents.

[Jean-Marie] Mais je vais te dire quelque chose.

[Annie] Je suis encore dans cette réflexion-là de savoir est-ce que je veux la laisser aller à 100 %. Tu sais que les deux urnes sont dans mon salon puis quand mes amis viennent ou des connaissances, ils demandent si je vais laisser ça encore longtemps. Parce que c'est comme quand même à la vue.

[Jean-Marie] Ils n'ont pas été enterrés, ça n'a pas été mise en terre.

[Annie] Non c'est des cendres qui sont dans une petite boîte, dans un petit écrin de velours et la photo des deux est derrière. Je ne sais pas si je dois passer à l'étape de les laisser vraiment aller à un moment donné et d'enlever ça de mon salon. Je suis encore en train de me poser la question. Je trouve que je vais bien en ce moment, je leur fais des clins d'œil quand je suis à la salle de lavage, je les vois, je leur fait des clins d'œil. Des fois j'ose imaginer qu'ils sont là, qu'ils me protègent d'en haut. Des fois je me dis que je dois faire ma vie puis ne pas compter sur eux dans le sens qu'ils m'ont donné accès à un beau coffre à outils pour que je puisse foncer puis apprendre, faire mes erreurs, recommencer, me relever et cetera et cetera. Au niveau de ma spiritualité, je me pose beaucoup de questions sur le sens de la vie puis l'après, la mort.

[Jean-Marie] Leur demanderais-tu, aux personnes d'en haut, c'est quoi le sens de la vie finalement ?

[Annie] Ah c'est sûr. C'est sûr.

[Jean-Marie] Moi je pense que ça serait intéressant d'avoir une conversation avec nos proches parce que nos parents toi et les miens, ils sont libérés de leurs souffrances physiques psychologiques, spirituelles, ils ne sont plus dans la souffrance donc ça serait le fun d'avoir une conversation avec des gens libérés de leurs souffrances.

[Annie] Puis de leur demander d'en haut, dans notre société, qu'on court comme des fous puis qu'on est stressé puis qu'on veut performer puis qu'on prend notre

retraite à 65 alors qu'on a de moins en moins la santé puis qu'on peut moins voyager. Est-ce que dans la vie, on est complètement à côté de la track ?

[Jean-Marie] André Sylvain avait écrit une chanson dans les années 60, je pense qu'il disait : « On perd sa vie à la gagner. »

[Annie] C'est très bien dit.

[Jean-Marie] C'est très bien dit. Je ne te demanderais pas de piger la prochaine question, mais c'est moi qui l'ai devant moi. Annie Pelletier c'est ... ? Tu combles les trois petits points avec quoi ? Annie Pelletier c'est ?

[Annie] Tu veux que je fasse un amalgame dans le fond de ce que je suis en quelques mots ?

[Jean-Marie] Tu remplis les trois petits points par ce qui monte en toi. Annie Pelletier c'est ?

[Annie] C'est un être humain profondément humain. Tu sais l'humanité je l'ai en moi, la sensibilité, la compassion.

[Jean-Marie] Really ?

[Annie] Ouais.

[Jean-Marie] Oui. C'est sûr c'est pour ça que je t'aime. C'est tout toi ça, dans ta splendeur, dans ta couleur, dans tes doutes.

[Annie] Mais humain ne veut pas dire parfait hein. J'ai mes défauts aussi.

[Jean-Marie] Le dernier gars parfait on l'a crucifié il y a 2000 ans donc oublie le projet . Bah je vais te dire merci. Un gros merci.

[Annie] Ça m'a fait plaisir. Merci à toi aussi.

[Jean-Marie] Merci une phrase complète.

[Annie] Merci de ton écoute.

[Annie] J'ai parlé beaucoup hein ?

[Jean-Marie] Nous autres c'est ce qu'on souhaite.

[Annie] Je ne sais pas si j'ai répondu à toutes tes questions.

[Jean-Marie] Pas toutes. Toi et moi-même si il y a un micro ou pas, est-ce que ça change notre dynamique ?

[Annie] Pas du tout.

[Jean-Marie] C'est ça. Alors merci Annie Pelletier.

[Annie] Merci mon ami.

[Jean-Marie] Et on poursuit ça très bientôt. Je t'aime.

[Annie] Moi aussi.

[Jean-Marie] Alors c'était « Porte-parole » avec Annie Pelletier. L'idée originale de cette émission c'est Marie-Philippe Lemarbre et moi-même un petit peu, Philippe Lapointe qui est le directeur à la radio ici je lui dis merci, je dis merci à Jean-Sébastien Laliberté comme chef diffusion, Mathieu Tessier à la mise en ondes, à la recherche et à la coordination Aya Jennifer Andoh, Gerlie Ormelet, elle est responsable des réseaux sociaux. Alors merci à toute cette équipe-là puis surtout merci à vous de prendre le temps de nous écouter et on se dit à très bientôt.