

Message du président



Jude Ruest, président

Bonjour à toutes les personnes francophones qui lisent cette chronique s'adressant principalement aux personnes stomisées du Québec.

Avec ce froid intense qui ne semble plus finir, je vais essayer en écrivant ces mots, de vous réchauffer un tout petit peu. Depuis plus d'une semaine, la famille demeurant à l'extérieur de la région, s'est rapprochée autour de nous en cette période hivernale, et j'ai réalisé que le froid était resté à l'extérieur. Les accolades et les multiples bisous étaient amplement suffisants pour nous réchauffer. Les petits-enfants que l'on voit grandir à toutes les années, avec leurs remarques surprenantes et encourageantes de la réalité de la vie et de notre entourage, m'ont émerveillé bien plus que je ne l'aurais pensé. Leur optimisme face à l'avenir m'a fait réaliser que les expériences malheureuses de ma vie et de ma maladie assombrissent souvent le présent que je vis ou l'avenir que j'anticipe. Cette relation familiale avec des êtres aimés et aimants m'a incité à faire un petit bilan de cette dernière année et même à aller un peu plus loin.

Je me suis rendu compte qu'il n'y a que 2 possibilités pour affronter une situation comme la nôtre : l'acceptation ou le refus, mais le premier choix reste pour moi la seule possibilité. Le fait de devenir une personne stomisée est souvent une option qui nous est imposée. Ce n'est pas un choix, notre médecin nous l'a très bien exprimé : c'est soit avoir une stomie ou mourir. Je ne pense pas que c'est un véritable choix. Nous nous retrouvons avec un bout d'intestin à un endroit où notre corps n'y avait pas pensé et un appareillage qui n'est jamais parfait. C'est tout à fait normal, au début, d'être bouleversé et contrarié par ce nouveau principe d'évacuation de nos déchets corporels.

Mais lorsque nous réalisons que notre existence est composée de deux entités, la vie prend un autre sens. Il y a notre corps qui a des ratés ou des déficiences, c'est la raison de notre stomie, et qui peu à peu, en vieillissant, commence à nous lâcher. Et il y a aussi notre pensée qui détermine notre degré de satisfaction. Oui c'est notre esprit, notre volonté qui détermine si la journée qui commence va être heureuse ou malheureuse. C'est notre esprit qui va évacuer de nos pensées les aspects négatifs de notre condition de personne stomisée. C'est notre esprit qui va nous influencer sur les décisions que nous allons prendre pour que notre corps puisse continuer encore quelques jours, quelques semaines ou quelques années avec nos êtres chers.

La réflexion peut alors commencer. Il faut apprendre à vivre autrement, notre corps a été modifié et il ne sera jamais plus comme avant. C'est un constat indéniable. Je l'ai appris avec difficulté, en versant quelques larmes, mais j'ai compris que la vie peut être encore agréable, seulement en voyant la vie autrement. J'ai seulement arrêté de comparer mon corps modifié à celui que ma mère m'avait offert. À partir de ce moment, les inconvénients reliés à l'entretien de ma stomie sont devenus des exercices réguliers

quotidiens de ma vie. J'ai retrouvé le goût de vivre et réappris à sourire. Et tout mon entourage l'a constaté avec bonheur.

En cette nouvelle année qui vient d'arriver, je vous souhaite de prendre du temps pour faire ce moment de réflexion personnel essentiel pour que votre sourire soit perçu à nouveau par vos êtres chers, qui vous entourent et qui vous aiment.

Bonne année 2018 du fond du cœur.

Au nom de l'**Association provinciale des personnes stomisées (AQPS)** et en mon nom personnel, je vous souhaite aussi de l'amour, du bonheur, de **Joyeuses Fêtes** et de franchir avec sagesse la prochaine étape d'appropriation à votre nouvelle condition.

Judé Ruest

Président

P.S. Vous pouvez m'écrire au info@aqps.org pour offrir vos services ou me donner de l'information pour aider les personnes stomisées. N'hésitez pas! Votre petit conseil peut vraiment faciliter une nouvelle personne stomisée.