

Convivialité



En partageant des moments agréables avec d'autres personnes, que ce soit autour d'un jeu, d'un repas, en faisant une sortie... cela renforce les liens et me donne confiance pour montrer qui je suis.

Linda : « La convivialité est très importante pour moi. **Créer des liens est essentiel dans ma vie.** Si je suis sans contact durant une période trop longue, je vais mal. »

Colibri : « Avec la maladie, c'est difficile de créer des liens. Bien que je souhaiterais prohiber tous les mots négatifs de mon vocabulaire comme difficile, triste, mal, fatiguée, lassée, ... et les remplacer par des mots tels que positif, facile, joie, détente et évasion, je n'y arrive pas toujours. La vérité, c'est **qu'il faut être prêt à travailler sur soi-même et sur l'autre** lors de nouvelles relations. Chaque lien et nouvelles rencontres sont un défi pour moi. C'est un apprentissage éreintant et fatigant. Bien que je n'y puisse rien, j'ai honte de mon état. Au début de ma maladie, il m'est arrivé de frôler les murs, de peur de rencontrer des personnes connues par le passé et voyant mon apparence fragilisée actuelle, la peur de devoir parler de mon actualité marginale. **L'AFAAP est un excellent endroit pour créer des liens**, on peut être authentique sans se cacher derrière un masque, c'est un peu comme une famille, je m'y sens à la maison. »