

" Mon bégaiement qui est tu? Depuis 22 ans que je suis bégue, tu as contrôlé ma vie, m'a emprisonné dans la solitude et l'isolement. Puis j'ai décidé de faire un stage pour m'en sortir où j'ai rencontré des personnes bégues et orthophonistes qui m'ont beaucoup touchés dans l'écoute, la solidarité, les rires, le déjeuner.... J'ai appris plusieurs techniques et méthodes de fluence par des exercices en jeux de rôle dans des situations de la vie courante.

En sortant, j'ai mieux maîtrisé mon bégaiement et mieux géré mon stress dans des situations difficiles, même si a des fois j'ai quelques blocages. Je continue à m'entraîner tous les jours en refaisant les exercices appris, ceci m'a changé la vie et je sais que je m'en sortirai avec ça. Je peux profiter de chaque instant, chaque moment de la vie"

Joël

Septembre 2013