

# Explorer la vie pour cartographier ses limites

#vraimentinspirante

**Lyne Tremblay**

AMBASSADRICE  
SPORT ET COMPÉTITION

PAR NANCY MARTIN

Crédit photo : Joël Séguin



La première chose qui nous marque lorsqu'on croise la route de Lyne Tremblay, c'est son énergie, à la fois calme et pétillante. Une grande force intérieure et une confiance, aussi, qui lui ont permis de toujours se tenir debout, malgré les coups du destin et son handicap. Lyne a toujours eu un profil d'exploratrice. Petite fille, elle

était attirée par l'inconnu et se cherchait un véhicule pour pouvoir voyager. Ce véhicule aurait pu être l'art ou son métier d'ingénieure et d'enseignante technologique. Mais c'est le sport qu'elle choisit, inspirée, comme toute une génération, par les Jeux olympiques de 1976 et la performance de Nadia Comaneci. « Le sport a toujours fait partie de mon ADN. C'est dans mes fibres. J'ai toujours été active et, pour moi, le sport, ça se passe à plusieurs niveaux. Il n'y a pas que le physique. Il y a aussi tout le côté mental et un aspect technologie qui rejoignent tous mes intérêts. »

C'est à 17 ans, alors qu'elle doit composer avec la séparation de ses parents, que Lyne découvre réellement le sport et ses bienfaits. Elle trouve dans la course à pied l'exutoire dont elle avait besoin pour passer à travers ce moment difficile de sa vie. Entière et intense, elle court chaque jour un peu plus longtemps, un peu plus loin, jusqu'à faire des marathons. Malheureusement, un événement tragique viendra mettre un terme à sa carrière de marathonienne : victime d'un grave accident d'automobile, elle doit faire le deuil de ses trois amis qui prenaient place avec elle à bord du véhicule. Des problèmes avec ses membres inférieurs apparaissent alors. Étonnamment, selon les médecins, il ne s'agit pas de séquelles de l'accident, mais plutôt d'un surentraînement. Pour donner un répit à ses jambes, elle change donc de sport et débute la pratique du cyclisme sur route en 1984. À l'époque, ce sport n'étant pas connu

au Québec, elle doit s'expatrier en Europe pour poursuivre son entraînement. C'est là-bas qu'elle rencontre son mari qui décède, quelques années plus tard, d'un infarctus massif. « Ça a bouleversé ma vie, mais ça m'a aussi ramenée aux choses importantes, et c'est par le sport que j'ai réussi à m'en sortir. Je me suis mise au triathlon ultra distance et j'y ai découvert un certain équilibre parce que ça remplissait ma nature excessive. »

Ce côté passionné, elle le tient de son père, qu'elle décrit comme un grand rêveur patenté. « J'ai passé mon enfance avec un père qui construisait un avion dans le sous-sol de la maison. J'ai été élevée dans cette culture que rien n'est impossible. Mon père a été le premier constructeur d'avion amateur au Canada. Comme par osmose, mon premier métier a été celui de pilote. Mais je ne pouvais pas être pilote de ligne parce que je n'avais pas la grandeur requise. Ensuite, je me suis tournée vers le côté plus technologique de l'aviation et je suis devenue mécanicienne aéronautique, instructrice et ingénieure. »

*« Ce qu'on dit d'un malheur, qu'il n'arrive jamais seul, on peut le dire aussi des passions. »*

*- François-René de Chateaubriand*

À 34 ans, le diagnostic de la maladie dont elle souffre tombe : une maladie évolutive du système neurologique. Ses jambes étant de plus en plus affectées, elle doit arrêter le triathlon. Encore une fois, pas question pour cette battante de cesser d'être active ou de laisser les épreuves de la vie lui dicter la suite de sa sienne. Elle se met donc au kayak de mer et participe à plusieurs défis importants, dont la traversée du fleuve Saint-Laurent en solitaire. Mais Lyne n'est pas au bout de ses peines et d'autres écueils l'attendent. Alors qu'elle