

*Je me suis réinscrite dans un club de natation après dix ans sans avoir mis un maillot de bain à cause de mes complexes de poids et du regard des gens. Ce matin, j'ai fait ma première séance de huit heures à la piscine municipale dans la ligne des débutants. L'eau était fraîche, l'ambiance super bienveillante avec les autres femmes de la session et j'ai réussi à aligner mes mille mètres sans être complètement asphyxiée. En sortant des vestiaires, je me sentais tellement fière d'avoir dépassé ma peur du miroir.*