

## DÉCOUVREZ L'IMPACT DE VOTRE DON DANS LA VIE DE BROCK

## DISCOVER THE IMPACT OF YOUR DONATION ON BROCK'S LIFE

**Le moment où j'ai annoncé à ma famille que j'avais la maladie de Parkinson fut l'un des plus difficiles de ma vie. C'est en pleurs que je leur ai dit.**

**When I had to tell my family about my Parkinson's diagnosis, it was one of the hardest moments of my life. I rehearsed how I would reveal this to my wife and kids, but in the end, I just blurted it out amidst some tears.**

Les jours suivants étaient remplis d'inquiétude et de peur. Ma femme et moi étions anxieux pour notre avenir en commun. Elle craignait de perdre son autonomie et sa raison d'être. Nos enfants aussi étaient sous le choc, mais se sont montrés forts, compatissants et solidaires.

The days that followed were filled with worry and fear. My wife and I worried about our future and our adventures. She worried about losing her autonomy and sense of purpose. Our kids, too, were shocked, but showed up strong, loving and supportive.

**“Vivre avec la maladie de Parkinson a été un parcours d'adaptation, de prise de conscience de mes nouvelles limites et de leur évolution, et de dépassement de soi.”**

**“Living with Parkinson's has been a journey of adaptation, becoming aware of my new and evolving limitations and pushing myself where I can.”**

Ce parcours a aussi révélé des sources inattendues de force et de communauté.

This journey has also revealed unexpected sources of strength and community.

Des organisations comme Parkinson Canada et PartenaireSanté ont été une bouée de sauvetage. Je me tourne vers eux pour trouver des connaissances, une communauté et des façons de contribuer—des aspects essentiels pour renforcer la résilience et continuer à vivre avec un objectif. Le manuel À Chaque Victoire® de Parkinson Canada fournit des informations précieuses sur la maladie et la recherche. Les groupes de soutien me connectent à d'autres ayant des défis semblables, créant ainsi un réseau de compréhension et de soutien.

Organizations like Parkinson Canada and HealthPartners have been a lifeline. I look to them for knowledge, community, and ways to contribute—key elements in building resilience and continuing a life of purpose. Parkinson Canada's Every Victory Counts provides invaluable information about the disease and emerging research. Support groups connect me with others facing similar challenges, creating a network of understanding and support.

Parkinson Canada a également soutenu ma femme, l'aidant à affronter ses craintes. Leurs services d'aide aux proches aidants lui ont permis de traverser cette épreuve. Pour les personnes récemment diagnostiquées : acceptez le diagnostic et trouvez comment continuer vos activités préférées. Soyez gentil envers vous-même. Restez actif pour gérer vos symptômes. Enfin, sachez que vous n'êtes pas seul.

Parkinson Canada has also been there for my wife, helping her manage her fears. Their caregiver support services have helped her navigate this journey. Some advice to anyone newly diagnosed: accept the diagnosis and find ways to sustain the activities that brought you joy before. Be kind to yourself. Stay active—exercise has helped me manage my symptoms. And lastly, remember, you are not alone.

