



Elle a vaincu l'Everest «C'ÉTAIT SOUFFRANT»

- Sylvie Fréchette

KATIA BUSSIÈRE

MÉDIAMATIN Québec
kbusriere@mediamatinquebec.com

Première femme de la région de Québec à avoir atteint le sommet de l'Everest, l'alpiniste Sylvie Fréchette a été accueillie en héroïne par une centaine de proches parents et amis, hier soir, à l'aéroport Jean-Lesage.

La grimpeuse de 44 ans est rentrée au bercail après plus de deux mois passés au Népal. Elle a écrit une page d'histoire en devenant la deuxième Québécoise à vaincre la montagne reine culminant à 8850 mètres.

Émue aux larmes devant tous ses fans, la résidante du secteur Sillery s'est jetée dans les bras de ses trois filles, de son mari, André Fortier, et de son mentor et entraîneur, Mario Dutil, qui a lui-même réalisé l'exploit en 2004.

Sylvie Fréchette a foulé le sommet le 21 mai, à 8 h, après plus de 11 heures d'ascension à partir du camp 4. Elle est restée trois quarts d'heure sur le toit du monde. Deux sherpas l'accompagnaient. «J'ai essayé d'apprécier le plus possible ce moment, mais en même temps, c'était souffrant. J'ai regardé la splendeur du paysage du mieux que j'ai pu», témoigne-t-elle, fière de sa réussite.

L'alpiniste savait toutefois que les minutes au sommet étaient comptées. «Quand j'ai enlevé mon masque à oxygène, la respiration est devenue difficile. J'ai ressenti des picotements aux mains et aux pieds. Il est dangereux de rester trop longtemps. On peut mourir là. Tu penses à survivre», ajoute-t-elle.

Ascension éreintante

L'alpiniste affirme que la dernière heure d'ascension a été très éreintante. «Je n'avais plus d'énergie. J'ai demandé de l'aide. Ma sœur jumelle et mon père sont décédés. Je leur ai dit: si vous voulez que je me rende, aidez-moi! À partir de ce moment-là, j'ai été portée», explique-t-elle.

La descente a été tout aussi exigeante. «Même si on est exténuée, on doit continuer. C'est une longue épreuve. De plus, j'ai vu un corps mort en descendant. J'en suis encore traumatisée», dit celle qui a perdu entre 10 et 15 livres durant son expédition.

Sylvie Fréchette veut maintenant donner des conférences afin de partager son expérience. Elle caresse d'autres projets, dont celui de monter les sept plus hauts sommets de la planète et de fouler le sol de l'Antarctique.