

Témoignages :

"Je **fumais trop**, et surtout **n'importe quoi...**" (Estelle, 18 ans)

"Soit je n'avais **pas faim**, soit j'avalais tout ce qui me passait sous la main." (Michael, 23 ans)

"Je **pétais un câble** pour rien et n'importe quoi." (Nicolas, 20 ans)

"Je me foutais de tout, et plus **rien ne m'intéressait**." (Mehdi, 22 ans)

"Je ne voulais **plus voir personne** et tout le monde me gonflait." (Elodie, 16 ans)

"Je faisais tout le temps des **cauchemars**". (Julie, 17 ans)

"Je n'avais plus d'amis, alors je traînais avec des gens qui n'étaient **pas toujours très bons pour moi**."
(Stéphane, 21 ans)

"Je ne m'occupais plus de moi." (Marion, 18 ans)

"J'étais nul à l'école." (Yacine, 16 ans)

"A quoi ça aurait servi de se battre, pour avoir un boulot bidon, ou être au chômage !" (Alexis, 25 ans)

"De toutes manières, **personne ne pouvait me comprendre**, et surtout pas mes parents." (Jonathan, 24 ans)

"C'est clair, j'ai souvent pensé au **suicide** !" (Anne, 22 ans)

P'tit message d'espoir :

"Moi aussi j'ai connu ça; en fait plein de jeunes passent par là. Je pensais que j'étais **dingue, malade**, mais j'étais **seulement malheureux**. C'est vraiment dur de devenir adulte. Moi j'étais contre tout; du coup, on me disait que j'étais un **"rebelle"**. Mais **en y réfléchissant** aujourd'hui, c'était cool, j'avais du caractère !

Tout le monde me saoulait pour que je **relativise**, en me disant que ça allait passer, et c'était vraiment lourd. Mais le pire, c'est qu'ils avaient raison!

Tu peux **penser** au suicide, on est nombreux à y avoir pensé, c'est ton droit! **Mais réfléchis** y quand même.

Je voulais en finir, mais c'est d'avoir quand même réfléchi aux conséquences qui m'a empêché de me foutre en l'air. Aujourd'hui, j'ai décidé de **profiter de la vie**, et surtout de **m'éclater**." (Cédric, 25 ans)

Que faire ?

"Pour l'avoir vécu, le seul conseil que je donnerai, c'est : "**prends soin de toi**, et surtout, **parle** à un ami, ou à quelqu'un avec qui tu te sens en confiance, et **ne t'isoles plus**."" (Johanna, 17 ans)

