



# Association Christophe

Pour prévenir le suicide des jeunes

## LA VIE AVANT TOUT

**Bulletin N° 15**  
**Septembre**  
**2011**

### Le mot de la Présidente

Très cher Denis,

Je repousse sans cesse l'écriture de ce texte, sans doute parce que mon inconscient refuse la réalité. Je dois cependant me rendre à l'évidence et faire face, encore une fois, à un choc auquel personne ne s'attendait et qui me fait mal.

Dès notre rencontre à Paris en Février 2005, une grande amitié est née, qui n'a fait que grandir au fil du temps. Nous savions que nous pourrions compter l'un sur l'autre jusqu'au bout. Tu l'as dit toi-même dans ton dernier mail, juste quelques jours avant ton départ. Nous ne savions pas encore que ce serait notre dernier courrier.

### Dans ce numéro :

Contact P 2

A lire P 2

Nos prochaines actions P 2

Calendrier 2° Semestre P 3

Propos sur les plans sociaux P 3

Conférence : Jean EPSTEIN P 3

Lettre à Cyril P 4

Tu as été, pour moi, un soutien personnel précieux. Tu avais l'art de me remonter le moral, pas toujours au top, avec des vannes philosophiques de ton cru.

Pour l'association tu as été indispensable ; pour nos journées de prévention et pour l'élaboration de notre mallette pédagogique de prévention, dont malheureusement, tu ne verras pas l'aboutissement. Il s'en est fallu de quelques mois !

Tu vas manquer à tant de monde ! Je pense d'abord à ta mère, car je sais ce qu'elle ressent, pour avoir perdu moi aussi mon fils.

Je pense surtout à ton fils Louis, dont tu me parlais si souvent, dont tu étais si fier et qui a terriblement besoin de toi. Il est orphelin de père comme tu l'as été toi-même à 17 ans mais je sais que tu lui as déjà transmis toutes les valeurs qui feront de lui un homme d'exception, comme tu l'étais toi-même.

Tu nous as quittés tout récemment, comme Christophe en 1996, alors qu'il allait fêter ses 20 ans. Le vide que vous laissez est trop grand, mais vous serez toujours là, dans nos cœurs.

Notre amitié n'a duré que 6 ans, c'est trop court, mais lorsque je pense à toi, je me console en me disant que j'ai eu la chance de te rencontrer.

Il y a ceux qui sont à côté de nous et que l'on peut embrasser, et il y a ceux qui sont en nous et que l'on ne peut pas oublier.

Je te renouvelle toute ma reconnaissance et toute mon amitié.

A bientôt, mon cher ami.

Rose-Marie VILAFRANCA

### Paroles d'un jeune

#### Dialogue avec mon passé

- Ne regrette rien, car tout va si vite !  
- Et pourtant, ne-suis pas si jeune encore ?  
- Oh non ! Je ne parle pas de ton âge,  
Mais de cette tête bien peu sage.  
De cet esprit qui se crut si fort,  
Contre le temps qui pourtant te résiste !

- J'ai perdu, des années paraissant décades,  
A ne pas savoir comment profiter de la vie,  
A ne pas écouter l'appel du bonheur,  
Enfermé et complaisant à mes malheurs,  
Oh oui, du temps, j'en ai « fumé » !  
Quitte à me rendre malade...

- Mais aujourd'hui enfin tu es guéri !  
Alors va ! Croque la ceste vie,  
Et plus jamais ne fuis,  
Ce bonheur qui te poursuit.  
Au contraire, ouvre tes mains et saisis !  
Avant que ce soit Lui, qui ne s'enfuie...

Vincent

## Contact

### DEMANDE DE RENSEIGNEMENTS & D'INTERVENTIONS

Tous les établissements scolaires, ou autres, peuvent contacter

**Marie José URDY**

Tél : 04 91 81 27 60 le jeudi

**(en cas d'absence, laisser un message)**

## A lire !!!

### Idée directrice du livre :

Nous avons tendance à dire facilement leurs quatre vérités aux autres plutôt que d'exprimer simplement ce qui se passe en nous. Exprimer sa vérité, dans le respect d'autrui et de soi-même, voici le projet du livre. Faisons-nous souvent l'effort d'inventorier les sentiments qui motivent nos jugements ? Sommes-nous capables d'identifier les besoins refoulés et camouflés derrière nos propos ? Faisons-nous aux autres des demandes réalistes et négociables ? ... Cet ouvrage propose de rencontrer l'autre sans cesser d'être soi.

### Quelques détails :

Nous n'avons jamais appris les mots qui parlent de notre monde intérieur. Depuis l'enfance, nous nous sommes mis à l'écoute des autres : parents, instituteurs, puis collègues, patron... Pour survivre et s'intégrer, nous avons alors cru devoir nous couper de nous-mêmes. Essayons d'y réfléchir en :

- Prenant conscience de ce que nous sommes en train de vivre.
- Prenant conscience de ce que l'autre est en train de vivre.
- Nous rencontrant.
- Prenant conscience de 2 clés fondamentales : le sens et la sécurité affective.
- Nous renseignant mutuellement sur nos valeurs.
- Etant présent à nous-mêmes, sans jugement, 3 minutes par jour.

**Car la violence n'est pas l'expression de notre nature, mais celle de la frustration de notre nature.**

**Beaucoup d'autres notions sont développées sur « la gentillesse », comme :**

- Celle de l'écrivain H. Huxley qui prône « Soyons gentil, ça fait du bien à soi et aux autres » car dans notre monde où l'individualisme est roi, la gentillesse est assimilée à de la faiblesse voire de la bêtise !
- Celle de Piero Ferrucci qui en fait « un art de vivre ».
- Celle de Juliette Tournant qui parle de « stratégie de la bienveillance ».
- Celle de A. Glover qui parle du syndrome du chic type dans « Trop gentil pour être heureux ».



## Nos prochaines actions ?

**Le 21 novembre prochain, l'association aura 10 ans !** Quel chemin parcouru depuis la première réunion rassemblant une dizaine de personnes de bonne volonté autour de la table familiale de Rose-Marie !

**Actuellement, la « mallette pédagogique de Prévention du Suicide des Jeunes » est sur sa dernière ligne droite :**

- Les textes du livre sont tous relus. 41 auteurs ont écrit, chacun spécialiste dans son domaine.
- L'équipe des interventions a mis au point 4 Powerpoint destinés aux collégiens, aux jeunes, aux parents, aux professionnels.
- 7 films ont été réalisés par 2 équipes de spécialistes pour servir de support aux interventions auprès des différents publics concernés.

**Cette mallette, unique en France, sortira officiellement le 2 février 2012** au cours d'une conférence de presse au Conseil Régional Provence, Alpes, Côte-d'Azur. Beaucoup d'autres manifestations sont à prévoir.

## Calendrier du 1er Semestre 2011

### Manifestations

- **VIVACITE**  
Dimanche 11 Septembre
- **Conseil d'Administration**  
Mardi 27 Septembre  
à 17 h 45  
**Au siège de l'association,  
Hôpital Sainte Marguerite.**

### Groupes de parole

- Samedi 24 Septembre
  - Samedi 22 Octobre
  - Samedi 19 Novembre
  - Samedi 17 Décembre
- À 9 h 30 au Bureau de l'Association  
Pavillon SOLARIS  
HOPITAL SAINTE MARGUERITE
- Ce groupe de parole, pendant lequel *on écoute, on respecte, on échange,* est destiné aux personnes qui ont perdu un être proche, voire un enfant par suicide et aux parents qui rencontrent des difficultés avec leurs enfants, ou qui ont des enfants suicidaires.

### Marches

- Dimanche 25 Septembre
- Dimanche 23 Octobre
- Dimanche 20 Novembre
- Dimanche 18 Décembre

Les projets de marches sont en cours.

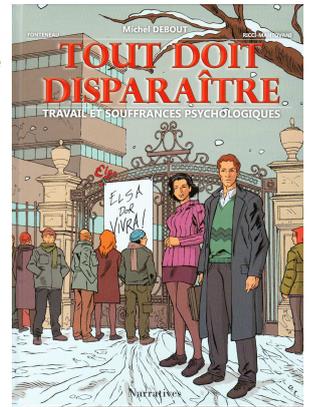
Toute proposition de votre part sera la bienvenue.

## Propos sur les plans sociaux.

La santé, selon l'OMS, est un état total de bien être physique, mental et social. Le travail est pour les salariés le support indispensable de leur bien être. Toute remise en cause profonde vulnérabilise la personne et peut avoir des conséquences vitales.

L'ouvrage, ci contre, illustre dans un premier temps les effets destructeurs d'un plan social puis approfondit les phases de rumeurs, déstabilisation, mobilisation solidaire, isolement et déconstruction, développe le harcèlement moral et le risque suicide, avec des propositions de réponses médicales et préventives.

Cet ouvrage, composé d'une B.D. et d'une vingtaine de pages d'explications, réalisé par Michel DEBOUT, Professeur de médecine légale et droit de la santé, ancien président de l'UNPS, destiné à faciliter la mise en œuvre d'une culture de la prévention du suicide dans les entreprises, est disponible à l'Association Christophe. Il suffit de la commander.



## Conférence Jean EPSTEIN

### « PREVENIR LES INCIVILITES ET LES VIOLENCES DES LA PETITE ENFANCE »

L ARDEPAMF.13 (Association Relais Départemental Assistants Maternels & Familiaux des Bouches du Rhône) reçoit  
**JEAN EPSTEIN**

Psychosociologue, écrivain et conférencier international sur les questions relatives à l'enfance et à la famille.  
Jean Epstein travaille auprès des jeunes enfants, des adolescents et des familles depuis 1974.

Avec son regard décalé et une certaine dose d humour, Jean Epstein aborde toute une série de questions qui intéressent parents et professionnels.

**Le samedi 8 Octobre 2011 de 14 H à 17 H.**

**Espace Charles Trenet  
89, Boulevard Aristide Briand 13300 SALON DE PROVENCE**

Renseignements et achats des billets : 09 75 53 78 77 et 06 88 39 08 81

E-mail : [ardepamf.13@sfr.fr](mailto:ardepamf.13@sfr.fr)

HOPITAL SAINTE MARGUERITE  
Pavillon SOLARIS  
270 Bd Sainte Marguerite  
13009 MARSEILLE

Tél : 04 91 81 27 60

les mardis et jeudis

Mail : ass.christophe@wanadoo.fr

## La Vie avant tout

Retrouvez-nous sur le web :  
[www.christophe-lavieavanttout.com](http://www.christophe-lavieavanttout.com)

Cyril, mon fils,

Tu as 19 ans, tu débutes ton année scolaire par alternance à l'IUT d'Aix-en-Provence. Des projets ? Tu en as : ton permis, sortie avec tes amis d'enfance en fin de semaine...

Dans la nuit du 21 au 22 octobre, nous, tes parents, dans la banlieue lyonnaise, sommes brutalement réveillés par la sonnerie de l'interphone. Des gendarmes viennent annoncer ta mort, tu as sauté du cinquième étage !

----- Alors, un véritable tsunami s'abat sur nous -----

Notre première réaction : appeler l'hôtel de Police d'Aix, mais la personne de garde nous répond de rappeler à 9 heures !

Après avoir alerté la famille, nous roulons vers Aix...

Dans la journée, nous rencontrons tes camarades de l'IUT qui ont passé la soirée étudiante avec toi. Avec quelques-uns, vous avez bu dans ton appartement, puis vous avez été au café. Là, tu as reçu un coup de téléphone de ton amie, tu semblais très perturbé et tu as quitté la soirée sans rien dire à personne.

Nous avons retrouvé tes SMS avec ton intention de sauter pour rejoindre ton grand-père décédé deux semaines auparavant !

----- Pourquoi ? Cette question m'obsède depuis -----

Alors a commencé, en plus de notre souffrance, un véritable « parcours du combattant » pour connaître ton taux d'alcoolémie ou obtenir le compte-rendu d'autopsie ou... mais nous nous heurtons au secret médical ! La Police, muette, nous renvoie vers le Tribunal de Grande Instance, où, après maintes demandes, nous apprenons avec horreur qu'il n'y a rien dans le dossier !

----- Tu es inhumé, mon fils, et nous ne savons rien -----

Que s'est-il donc passé dans ta tête ?

Qu'est-ce que cette société de communication ?

Quels sont les droits des parents qui viennent de perdre un enfant par suicide ? Nous n'avons pas pu rencontrer le médecin légiste qui t'a examiné et réclamé des analyses qui n'ont pas été faites.

On nous a volé ta fin de vie en nous donnant un minimum d'informations. Comme si nous n'étions pas des parents dignes de toi.

Ta maman

## Divers...

### Pour information

La 14ème journée annuelle de la Petite Enfance à l'Adolescence, organisée par Françoise-Flore COLLARD, traitera du thème :

« Le rouge aux joues ... la honte ».

Elle se déroulera au Palais des Congrès, Parc Chanot, à Marseille :

le vendredi 2 décembre.

Pour connaître le programme et les intervenants, allez sur le site :

[www.couleurdenfants.fr](http://www.couleurdenfants.fr).

Cette manifestation attire chaque année de très nombreuses personnes, il est donc conseillé de s'inscrire rapidement.

### NOS SUBVENTIONNEURS



NOS SPONSORS PRIVÉS  
SOUHAITENT RESTER ANONYMES