



Association Christophe

Pour prévenir le suicide des jeunes

LA VIE AVANT TOUT

Bulletin N° 21

Septembre 2014

Le mot de la Présidente

Chers tous,

J'espère que vous avez passé de bonnes vacances et que cette rentrée ne vous pèse pas trop.

En ce qui me concerne, c'est la première fois depuis la création de l'association que je décroche complètement pendant un mois. Il faut dire que j'en avais vraiment besoin car j'étais épuisée à un tel point que j'ai frôlé la vraie dépression nerveuse. Je ne dormais plus que 2 heures par nuit ! Impossible de dormir plus.

Je voyais approcher la rentrée avec angoisse, me disant que cette fois je ne pourrais pas faire face aux nombreuses tâches que demande la gestion et le développement de l'Association Christophe.

J'ai du me rendre à l'évidence, suivre les conseils de mon médecin et ami, et prendre des antidépresseurs. J'ai retrouvé le sommeil et le moral est revenu peu à peu.

Certes, les antidépresseurs ont fait leur travail, mais cela ne suffisait pas.

Autour de moi, tout le monde a compris la situation et c'est un soutien moral et pratique de chacun qui a fait le reste.

C'est facile de dire qu'il ne faut pas se laisser abattre, mais c'est beaucoup moins facile de le réaliser. Nous avons tous un rôle à jouer lorsqu'un proche va mal.

Heureusement, j'ai été entourée, encouragée, soutenue, et à présent je suis encore un peu épuisée, mais d'attaque.

Je sais que je peux compter sur mes proches et sur une équipe associative hors pair.

Ah ! J'oubliais de dire que le comité de lecture de la société des Meilleurs Ouvriers de France dont je fais partie, décerne chaque année des prix aux MOF qui écrivent un livre. Cette année, le livre de l'Association Christophe « Prévention du suicide des Jeunes » a obtenu un prix spécial.

Rose-Marie VILAFRANCA

Dans ce numéro :

L'encre verte	P 2
Quoi de neuf ?	P 2
Nos prochaines actions	P 2
Calendrier 2° Semestre	P 3
Propos sur	P 3
	P 3

Conte

Dans les pires situations n'y a-t-il pas toujours une force de vie qui nous permet de tenir et de continuer ?

D'où vient cette force là ?

Comment l'entretient-on ?

CONTE D' ANATOLIE : le

désespoir des lièvres)

« Nul ne peut te léser, si tu ne le veux point, car tu ne seras lésé que si tu juges qu'on te lèse. »

EPITECTE
(Manuel)

« Les biens et les maux qui nous arrivent ne nous touchent pas selon leur grandeur mais selon notre sensibilité »

LA ROCHEFOUCAULT
(Maximes)

Paroles d'un bénévole

La douloureuse question du mal être des jeunes et plus particulièrement la problématique suicidaire, c'est une question qui se pose toujours avec la même force, même après des années de travail dans le milieu hospitalier.

S'engager, donner du temps dans cette période de post activité, un choix important mais si facile au contact de l'équipe de l'Association CHRISTOPHE dont les multiples interventions sont essentielles dans le milieu scolaire et la santé.

Patrick VIAN :
Infirmier Psy et psychologue

Engagez-vous au sein de
L'Association Christophe

L'Encre verte

Dans le cadre de la programmation des interventions de formations de nos élèves aide soignants, nous souhaiterions profiter de votre expérience et de la qualité de vos séances pour l'année à venir.

Nous vous soumettons deux dates.....

IFSI CROIX ROUGE Aix-en-Provence

Comme chaque année, je me permets de vous solliciter pour intervenir auprès de nos étudiants. Vos rapports sont très importants pour des futurs professionnels de santé et de plus l'occasion d'échanges très riches.

Serait-il possible de fixer une date ?

IFAS des CAMOINS Marseille

DEMANDE :

- DE RENSEIGNEMENTS
- D'INTERVENTIONS

Contactez le jeudi :

Marie José URDY

☎ 04 91 81 27 60

Quoi de neuf ?

Rien ne s'oppose à la nuit de Delphine LE VIGAN

« La douleur de Lucile, ma mère, a fait partie de notre enfance et plus tard de notre vie d'adulte. La douleur de Lucile sans doute nous constitue, ma sœur et moi, mais toute tentative d'explication est vouée à l'échec. L'écriture n'y peut rien, tout au plus me permet-elle de poser les questions et d'interroger la mémoire.

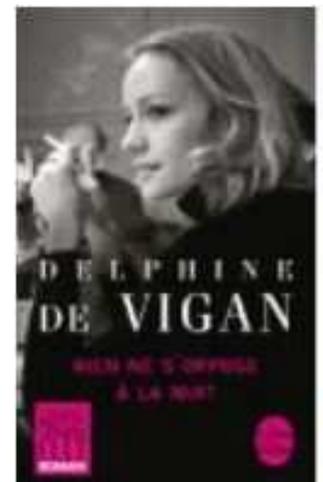
La famille de Lucile, la nôtre par conséquent, a suscité tout au long de son histoire de nombreuses hypothèses et commentaires. Les gens que j'ai croisés au cours de mes recherches parlent de fascination ; je l'ai souvent entendu dire dans mon enfance. Ma famille incarne ce que la joie a de plus bruyant, de plus spectaculaire, l'écho inlassable des morts, et le retentissement du désastre. Aujourd'hui je sais aussi qu'elle illustre comme tant d'autres familles, le pouvoir de destruction du verbe, et celui du silence.

Le livre, peut-être, ne serait rien d'autre que ça, le récit de cette quête, contiendrait en lui-même sa propre genèse, ses errances narratives, ses tentatives inachevées. Mais il serait cet élan, de moi vers elle, hésitant et inabouti »

.....

Ce roman autobiographique est incontestablement un très beau livre. Un cadeau pour sa mère qui souffre de troubles bipolaires, une sorte de folie qui a sinistré toute son enfance et qui nous aide à comprendre la complexité de cette maladie, les difficultés et les souffrances qu'elle engendre pour la famille entière.

C'est un bel hommage à sa maman et l'immense amour qu'elle lui voue. C'est un témoignage bouleversant sur une femme qui a souffert de troubles psychiatriques qui l'ont éloignée des siens mais aussi un témoignage d'une enfant qui a trop vite été confronté à la vie dans ce qu'elle a de plus dur. On y voit et sent la douleur de vivre auprès d'un être cher malade et combien il est difficile à la fois de le protéger et de se protéger pour cheminer vers sa propre vie.



Nos prochaines actions ?

Nous avons déjà obtenu l'agrément de la part du conseil académique des associations éducatives complémentaires de l'enseignement public :

du Rectorat d'Aix Marseille pour des interventions dans trois buts : pendant le temps scolaire, en dehors du temps scolaire et pour former les équipes pédagogiques et les autres membres de la communauté éducative.

du Rectorat de Nice, pour les mêmes objectifs.

Cette année, nous avons reçu :

un agrément académique du Rectorat de Corse.

un agrément académique du Rectorat de Grenoble

un agrément académique du Rectorat de Nancy

Mais le travail ne s'arrête pas là, car pour avoir l'agrément national, car désormais, il faut rassembler 9 agréments académiques.

Calendrier du 2ème Semestre 2014

Manifestation

Fête des associations

PARC BORELLY

Journée du dimanche

7 SEPTEMBRE

De 9 H à 18 H

Groupe de parole

- Samedi 20 septembre
- Samedi 18 octobre
- Samedi 15 novembre
- Samedi 13 décembre

Bureau de l'Association à 9 h 30

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 enfant, voire un être proche par suicide. Mais aussi à des parents qui rencontrent des difficultés avec leurs enfants, ou qui ont des enfants suicidaires.

Marches

- Dimanche 21 septembre
- Dimanche 19 octobre
- Dimanche 16 novembre
- Dimanche 14 décembre

Les Groupes de Parole et les Marches, sont strictement réservés aux adhérents jour de leur cotisation.

Si vous avez des idées de marches, n'hésitez pas à appeler **Gisèle HUME** (04 91 88 26 70)

Propos sur la bipolarité

Les troubles bipolaires, qui sont aussi connus sous le nom de psychose maniacodépressive, sont des maladies qui entraînent des dérèglements de l'humeur se manifestant par des phases tant de dépression que d'excitation (manies). Ces phases apparaissent soit en réaction au stress, soit sans raison apparente et peuvent être d'intensité variable et s'entrecouper de périodes de stabilité. C'est une condition médicale qui est caractérisée par des changements dans le fonctionnement du cerveau.

Il arrive à tout le monde de vivre des périodes de bonheur, de tristesse, d'excitation et d'être confronté à certaines difficultés. Cependant, dans le cas des troubles bipolaires, ces changements sont hors de proportion. Ils atteignent une intensité telle que la personne ne réalise pas qu'elle dépasse les bornes, ou encore, la personne souffre tellement de sa dépression qu'elle en est paralysée et est hantée par des idées suicidaires. Cet état amène des problèmes avec la famille, au travail, des problèmes financiers, parfois judiciaires. La maladie peut conduire à l'hospitalisation.....

Infos Santé Mentale

« ETRE ATTENTIF AUX SYMPTOMES EXCESSIFS »

NOS SECRETS POUR UNE EQUIPE EFFICACE

Depuis le début de l'année, l'équipe s'est étoffée par l'arrivée de bénévoles d'horizons divers sur le plan professionnel (médical, bancaire, administratif, artistique...) ayant des vécus différents par rapport aux problématiques du mal être des jeunes.

Ce travail d'équipe solidaire et plurifonctionnelle permet à notre association de réaliser des interventions plus riches par la diversité des expériences de chacun. De nouvelles actions et projets peuvent être mis en place, réalisés et suivis régulièrement.

L'importance de l'équipe, non pas en nombre mais en compétences, nous permet de travailler en binômes sur la plupart des projets qui sont alors moins lourds à porter et plus alimentés en recherches sur les progrès actuels qu'ils soient médicaux, psychologiques, sociaux, juridiques etc...

D'autre part l'arrivée d'une secrétaire bénévole, Marie Hélène, a grandement favorisé tout le travail de mise en place administratif et informatique.

De plus elle nous fait un excellent café !!!

Marie-José, Simone et Patrick

Bulletin N° 21
Septembre 2014

HOPITAL SAINTE MARGUERITE
Pavillon SOLARIS
270 Bd Sainte Marguerite
13009 MARSEILLE

☎ 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

EN PENSANT A TOI MON FILS

Le 25 juillet 1996 mon fils unique PASCAL a décidé de partir.
Ma vie a basculé, un immense vide s'est installé malgré le soutien de ma famille et de mes amis.
Tout est différent après un tel drame. Le bonheur n'a plus jamais le même sens. Les souvenirs sont tellement douloureux. Mais il faut continuer à vivre, ne pas se replier.

Et puis un jour le destin a mis sur ma route une belle personne qui a vécu le même drame : Rose Marie qui suite au décès de son fils CHRISTOPHE a créé l'association du même nom pour prévenir le suicide des jeunes.

Nous avons longuement parlé, je voulais aussi me rendre utile, pouvoir aider ceux qui traversent les mêmes drames, mais seule on se sent bien vulnérable.

C'est pour cette raison que depuis début 2014, j'ai intégré l'association avec tous les bénévoles dont l'engagement est extraordinaire.

C'est comme si j'étais rentrée dans une grande famille unie pour vaincre ce fléau, car nous n'avons pas le droit pas de laisser sur le bord du chemin tous ces êtres en souffrance et qui malheureusement sont de plus en plus nombreux.

Quel bonheur aujourd'hui de pouvoir, à mon tour et à mon humble niveau, agir avec l'équipe pour cette noble cause.

Simone.

Après la pause des vacances,
nous reprenons nos activités,
toujours aussi déterminés.

Bonne rentrée à chacun
et à bientôt.



NOS PARTENAIRES



Région
Provence
Alpes
Côte d'Azur



CONSEIL
GENERAL
BOUCHES-DU-RHÔNE



CONSEIL GÉNÉRAL
ALPES-MARITIMES



ars
Agence Régionale de Santé
Provence-Alpes
Côte d'Azur



académie
Aix-Marseille



académie
Nice



ASSEMBLÉE
NATIONALE



Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
D.D.A.S.S.



MGEN



Assistance Publique
Hôpitaux de Marseille



ADOSEN
Prévention Santé MGEN



PREVENTION
MACIF



MAIF
ASSUREUR MILITANT



AXA Atout Cœur



Alptis
.org



ALLOCATIONS
FAMILIALES
Caf
des Bouches-
du-Rhône



LIONS
INTERNATIONAL



ROTARY
INTERNATIONAL

NOS SPONSORS PRIVÉS