



Association Christophe

Pour prévenir le suicide des jeunes



LA VIE AVANT TOUT

Bulletin N° 33

Mois janvier
ANNEE 2021

Le mot de la Présidente

Chers adhérents et amis de l'Association Christophe,

Comme dans tant d'autres milieux, nos activités associatives ont été brutalement freinées ces derniers mois. Nous essayons alors de tirer bénéfice de cette période, en analysant, en anticipant et en s'adaptant.

Dans ce numéro :

L'encre verte	P 2
Quoi de neuf ?	P 2
Changeons de voie	P 2
Nos manifestations	P 2
Calendrier 1° Semestre	P 3
2021 Association & covid	P 3
Vœu et témoignage	P 4

Car les temps de crises sont des amplificateurs et des révélateurs des maux d'une société. En cela, ils révèlent une lueur d'espoir en élargissant la conscience collective. C'est avec détermination et réalisme que nous nous engouffrons dans celle-ci. C'est avec volonté que nous tentons aujourd'hui et demain d'agir pour lutter contre les souffrances grandissantes des jeunes.

En 2021, nous aurons encore une fois besoin de toute votre aide, de tout votre soutien. Que ce soit en nous soutenant sur les réseaux sociaux, en adhérant ou en devenant bénévole, chacun de vos gestes est précieux pour nous, chacun de vos gestes est précieux pour eux.

Rose-Marie VILAFRANCA

Un petit conte

« Un maître prenant de l'âge était fatigué d'entendre son élève se plaindre sans cesse. Un matin, il l'envoya chercher du sel. Au retour de l'élève, le maître lui dit d'ajouter une poignée de sel à un verre d'eau et de boire le tout.

« Quel goût cela a-t-il ? » demanda le maître.

« C'est amer. » dit l'élève.

Le maître étouffa un rire et dit au jeune homme de jeter la même poignée de sel dans le lac. Les deux hommes se dirigèrent en silence vers le lac le plus proche et lorsque l'élève eut lancé le sel dans l'eau, le vieil homme dit : « Maintenant, bois de l'eau du lac. »

Comme l'eau dégoulinait du menton du jeune homme, le maître demanda : « Quel goût cela a-t-il ? »

« C'est frais. » remarqua l'élève.

« Sens-tu le sel ? » demanda le maître.

« Non. » dit le jeune homme.

Sur quoi le maître s'assit à côté de ce jeune homme si sérieux et expliqua doucement.

« La souffrance dans la vie est du sel pur : ni plus, ni moins. Le degré de souffrance que nous sentons dépend du contenant dans lequel nous mettons la souffrance. Aussi lorsque tu souffres, la seule chose que tu puisses faire est d'élargir ta perception des choses. Cesse d'être un verre. Deviens un lac. »

L'Encre verte

TEMOIGNAGE SUITE A UNE INTERVENTION EN CENTRE SOCIAL

« Ce type d'intervention m'a paru très utile car les intervenants sont à l'écoute de chacun d'entre nous et respectent notre histoire sans jugement mais plutôt pour nous aider.

J'ai apprécié cette intervention des bénévoles qui se préoccupent de la vie des autres. »

Une jeune fille de 13 ans

DEMANDE :

- DE RENSEIGNEMENTS
- D'INTERVENTIONS

Tous les établissements scolaires, ou autres, peuvent contacter

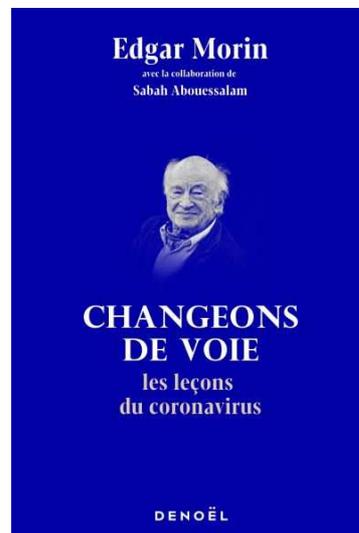
☎ 04 91 81 27 60

A lire

Penseur, sociologue, philosophe, les déterminants ne manquent pas pour qualifier ce jeune homme de 99 ans, Edgar Morin. Face à la crise sanitaire à la fois brutale et durable, Mr Morin élève le ton pour nous inviter à changer de voie, collectivement. Nous entrons dans des temps de crises multiples et d'incertitudes que nous ne pouvons plus ignorer. Dans le même temps, de nombreuses initiatives politiques ou associatives novatrices nous apportent de l'optimisme. Il convient donc tirer des conclusions de cette période afin de transformer une société qui ne semble pas encore être à la hauteur des enjeux de son époque. Son appel à l'émancipation des êtres humains résonnent depuis des dizaines d'années. Il nous semble salutaire.

Voici la quatrième de couverture :

« À défaut de donner un sens à la pandémie, sachons en tirer les leçons pour l'avenir. Un minuscule virus dans une très lointaine ville de Chine a déclenché le bouleversement du monde. L'électrochoc sera-t-il suffisant pour faire enfin prendre conscience à tous les humains d'une communauté de destin ? Pour ralentir notre course effrénée au développement technique et économique ? Nous voici entrés dans l'ère des grandes incertitudes. L'avenir imprévisible est en gestation aujourd'hui. Faisons en sorte que ce soit pour une régénération de la politique, pour une protection de la planète et pour une humanisation de la société : il est temps de changer de Voie. »



Nos projets

L'Association Christophe souhaite que l'année 2021 lui permette de s'étendre encore un petit peu plus. Pour cela nous espérons de tout cœur que les processus engagés depuis de nombreux mois aboutissent et trouvent un ancrage dans le réel.

Parmi ceux-ci, l'Association œuvre pour que sa formation à l'intervention soit reconnue par le dispositif gouvernemental du Répertoire Spécifique. Ainsi, chaque personne bénéficiaire de l'offre « Mon Compte Formation » pourra utiliser ces droits afin d'être formée à la mise en place d'intervention de prévention au mal-être et au suicide chez les jeunes. Cette possibilité permettra, on l'espère, de démultiplier les actions sur le territoire.

Nous espérons également, à l'aide de la Ville de Marseille, collaborer avec les centres sociaux afin de renforcer notre action dans ces lieux.

Vous l'aurez compris, nous souhaitons faire en sorte que l'Association puisse être reconnue à sa juste valeur par l'ensemble des acteurs du territoire. Cela nous permettrait d'envisager un futur sur le long terme pour notre structure et surtout déployer nos actions afin de sensibiliser toujours plus de jeunes.

Enfin, cette année marquera les 20 ans de l'Association Christophe. A cette occasion, nous envisageons d'organiser un événement pour alerter et sensibiliser le grand public à cette problématique.

Calendrier du 1er Semestre 2021

Manifestations

Groupes de parole de 9 h 30 à 12 h

- Samedi 16 Janvier
- Samedi 13 Février
- Samedi 13 Mars
- Samedi 10 Avril
- Samedi 8 Mai
- Samedi 5 Juin

Salle de réunions
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. Mais aussi à des parents qui rencontrent des difficultés avec leurs enfants, ou qui ont des enfants suicidaires.

Sorties

Lors des groupes de parole, nous pourrons envisager une sortie ou une activité pour le lendemain.

Chaque participant, pourra proposer des idées lors des réunions.

Pour participer aux Groupes de Parole et aux sorties, il est nécessaire d'adhérer à notre Association.

2021 : L'Association Christophe et la Covid

Comme pressenti, les conséquences sociétales de la Covid sont multiples et alarmantes. Il nous semble essentiel de les aborder avec un regard porté sur l'interaction entre la société et la santé mentale individuelle. Depuis les analyses sociologiques de Emile Durkheim ou Maurice Halbwachs, il est reconnu qu'il existe un lien entre les taux de suicides et les crises socio-économiques. En effet, des hausses du taux de suicide ont été observées après les crises socio-économiques de 1929 et de 2008, avec un délai de plusieurs mois, à quelques années. Aujourd'hui, l'Association Médicale Australienne prévoit une hausse de 25 à 30% des suicides chez les jeunes dans les années à venir. Ce qui amène certains politiques spécialistes à parler de « génération sacrifiée ».

Michel DEBOUT dans une étude pour la Fondation Jean Jaurès, avançait notamment deux causes inhérentes à la crise sanitaire pour expliquer l'impact sur la santé mentale de la population. En effet, « la modification de notre quotidien » et la perception « d'une menace diffuse et incertaine » ont pu bouleverser notre rapport aux autres et à l'espace. Egalement, les mesures de confinement ont pu « favoriser un sentiment de déconnexion et la perception d'une douleur sociale » ainsi « qu'augmenter le risque de suicide via la solitude ou l'isolement » selon une étude menée par divers professeurs et psychiatre français.

Les effets sur la société se feront également ressentir. Toujours selon cette étude, l'ampleur de celle-ci fait craindre « un accroissement du taux de dépression » chez les jeunes et « un risque suicidaire pouvant être augmenté » principalement « chez ceux confrontés à une plus grande précarité économique ». Plusieurs raisons sont avancées comme la difficulté de l'insertion professionnelle, l'incertitude liée au futur ayant pu rendre impossible des projets, des conditions de scolarités difficiles, la réduction du cercle social à un âge ou celui-ci participe grandement au développement de chacun ou encore parfois la stigmatisation ou le chômage.

Face à ce terrible constat, des leviers peuvent être activés pour éviter cette « vague de suicide » annoncée. Michel DEBOUT nous indique que « le suicide n'est pas une fatalité (...). La prévention doit se faire pour éviter le risque, pas en attendant le risque. C'est maintenant qu'il faut prendre des mesures. ».

La France ne possède pas une culture politique de prévention de santé mentale et physique. Or, face aux enjeux majeurs que nous devons affronter, il sera essentiel de « donner à la prévention la place qui doit être la sienne dans la politique de santé » comme indiqué dans l'étude de la Fondation Jean Jaurès. Elus territoriaux, professionnels et associations travaillent pour agir localement. L'Association Christophe est consciente de son rôle. Bien que ralenti par la crise sanitaire en 2020, nous ferons encore tout notre possible pour réaliser des actions de prévention auprès des jeunes en 2021. Agissons ensemble.

Bulletin N°33
Janvier 2021

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

 [@ Association Christophe](#)

 [@ Association Christophe](#)

La Vie avant tout

Retrouvez-nous sur le web :
www.christophe-lavieavanttout.com

TEMOIGNAGE D'UNE BENEVOLE

Cette année 2020 nous aura tous marqué de par son caractère inédit. Mais plutôt que de faire un bilan des conséquences dramatiques de cette crise sanitaire, j'invite chacun qui lira ce bulletin à tirer des points positifs de cette année si particulière. Cette tâche ne paraît pas si évidente aux vues de ce que nous avons pu traverser, mais en y réfléchissant avec attention, vous y parviendrez.

Malgré des événements et des périodes difficiles, se cachent toujours de petits moments de bonheur simple, de nouvelles rencontres, de découverte sur soi-même ou sur ce qui nous entoure. Et c'est sur ces notes positives qu'il faut se concentrer, afin de trouver la force de positiver et d'avancer malgré l'adversité.

Chacun a connu ou connaîtra des périodes sombres au cours sa vie, où l'avenir semble condamné. Même si cela paraît impossible, il faut faire confiance en l'avenir, car des bonheurs simples ou plus importants, à tel point qu'ils étaient inespérés nous attendent toujours par la suite. Et ce n'est qu'après avoir surmonté ces épreuves, avec le recul, qu'on se rend compte que les événements les plus éprouvants nous apportent toujours un apprentissage qui nous rendra plus fort à l'avenir.

Alors abordons ensemble cette année 2021 dans la positivité !

Alizée

Divers...

L'équipe de l'Association Christophe vous souhaite le meilleur pour 2021, pour vous et vos êtres chers.

En espérant que cette année vous apporte tout le bonheur possible et que nous pourrions au plus vite nous revoir et organiser des événements ensemble.



NOS PARTENAIRES



NOS SPONSORS PRIVÉS