



Le mot de la Présidente : *Dur dur... la rentrée !*

Je ne sais pas si vous êtes comme moi, mais, chaque année, au retour des vacances, même si je suis ravie de retrouver ma maison, mes collègues et la petite routine que je connais si bien... rien à faire, j'en ai pour quelques semaines d'un sentiment un peu bizarre, mêlé du plaisir encore tout frais de ces bons moments de farniente à un sentiment de fatigue encore diffus à l'idée de reprendre un rythme dit « normal ».

Je me suis renseignée à droite à gauche... pas de panique, tout est normal ! Cette période est ce qu'on appelle « le blues de la rentrée » et touche pratiquement tout le monde en cette période.

La rentrée génère un changement de rythme violent qui nous entraîne d'une période de grande liberté et d'insouciance vers une période où il faut immédiatement se soumettre à la pression de la vie courante. Si on ajoute à ça les journées qui raccourcissent et l'annonce relativement proche de la saison hivernale... le blues de la rentrée prend alors tout son sens.

Que faire alors pour passer sans trop de dommages ce mauvais moment ? Prenez votre temps pour faire les choses. Profitez de cette belle arrière saison pour continuer à retrouver vos amis pour un apéritif en terrasse ou organisez un barbecue dans votre jardin. Profitez des week-ends pour vous prélasser au soleil avec un bon bouquin et ne vous mettez pas trop la pression au boulot, votre employeur aura le temps de le faire pour vous au cours du prochain hiver !

Prenez soin de vous et pensez positif, le blues ne fera pas long feu !

Très bonne rentrée à tous, à très bientôt à nos côtés.

Hélène RAYNAL, Présidente de SOLIDARITE VERNEUIL – Août 2014

26 juillet 2014 : Rencontre à Carcassonne

C'est avec beaucoup de plaisir que quelques irréductibles malades du Sud ouest avaient décidé de se retrouver pour passer une journée hors du commun dans la célèbre vieille cité de Carcassonne. Sous un soleil aussi chaud que l'ambiance générale, Solidarité Verneuil a eu le plaisir d'offrir à la fine équipe une visite guidée des remparts au pas de deux chevaux attelés à une calèche menée de main de maître par un parfait historien des évolutions de la cité à travers les âges. Les déambulations au gré des ruelles de la vieille ville ont convaincu nos visiteurs de clore cette journée en beauté à Castelnaudary, royaume incontestable de l'incontournable cassoulet.



Une journée plaisir pour les yeux, l'humeur et les papilles gustatives... à refaire absolument !



Vous êtes nouvel adhérent et souhaitez recevoir les anciens numéros de SOLIDAR'News ?

Faites nous le savoir et nous vous adresserons gratuitement par mail les numéros choisis. Envoi postal possible en version papier au prix de deux timbres à 0,66€.

Insolite

Clermont-Ferrand : un bar à vin ouvre dans le CHU



L'idée peut paraître étrange, mais permettra aux patients de mieux prendre soin d'eux pendant leur passage à l'hôpital. "Pourquoi refuser les saveurs des terroirs aux personnes en fin de vie ?", s'interroge Virginie Guastella, la chef de service du Centre du Soins Palliatifs du CHU de Clermont-Ferrand. La praticienne défend son idée d'ouvrir un bar à vin dans l'enceinte de son établissement pour donner aux patients "le droit de se faire plaisir et de faire plaisir". Selon elle, une dégustation "médicalement encadrée" donnera aux patients l'occasion de vivre un quotidien plus joyeux. La structure, qui a ouvert ses portes en septembre, dispose d'une cave fournie par des mécènes. Elle permettra aux malades et à leurs familles d'offrir et de se faire offrir entre autre des bouteilles de vin, de champagne ou de whisky.

Damien Brunon, Europe1

Bon à savoir

Vous le savez tous, la maladie de Verneuil impacte considérablement la qualité de vie des malades.



Des troubles de l'humeur sont fréquemment observés et il n'est pas toujours facile de trouver les oreilles attentives qui permettraient au bon moment d'apaiser une angoisse ou de retrouver le sommeil. Solidarité Verneuil, également là pour vous aider à passer ces périodes difficiles, s'est rapprochée de l'association **Phenix SOS Suicide** pour permettre à chacun de trouver à toute heure une écoute sérieuse et attentive, adaptée à chaque situation. Partenaire de l'association depuis quelques mois, **Phenix** peut vous aider à passer des moments difficiles en toute discrétion grâce à une équipe d'écouter formés.

Phenix vous écoute au **0825 120 364** de 16h à 23h (7j/7) et au **01 40 44 46 45** de 12h à 24h (7j/7) et par mail à : accueil@sos-suicide-phenix.org.

Pensez-y et ne restez plus seul.

Comme chaque année, Solidarité Verneuil sera présente au Salon Infirmier de la Porte de Versailles, les 5, 6 et 7 novembre. N'hésitez pas à nous demander votre invitation pour venir à notre rencontre !

Salon Infirmier

5, 6 et 7 novembre 2014

Paris Porte de Versailles - Pavillon 7/2

La formation au cœur du salon

Ca s'est passé à Lyon 5^{ème}...

Nouveau forum associatif organisé par l'arrondissement de Lyon, ce 6 septembre 2014. Nouvelle opportunité de sensibiliser le grand public aux problématiques de la maladie de Verneuil, nouvelle occasion pour l'équipe de bénévoles de favoriser l'éducation thérapeutique auprès du plus grand nombre, et surtout, l'occasion de renforcer nos



contacts avec l'équipe municipale en la présence amicale de **Thomas RUDIGOZ**, nouvellement élu maire du 5^{ème} arrondissement et **Gilda HOBERT**, députée du Rhône, bien décidée à porter notre voix dans l'hémicycle... Affaire à suivre !



Hélène Raynal, présidente de Solidarité Verneuil, Gilda Hobert, députée du Rhône, Thomas Rudigoz, maire du 5^{ème} arrondissement de Lyon

RAPPEL : la rencontre d'automne de Solidarité Verneuil se déroulera à Paris le 27 septembre.

Mémo :

Envie de discuter ? Envie de participer ? Besoin d'aide ou d'informations ? Venez nous rencontrer :

- à Lyon le premier jeudi du mois (Sauf jours fériés)
Salle le Grain de Ciel, CC le Samourai, avenue Salvador Allende, Villeurbanne de 19 à 21h.
- dans notre forum :
<http://www.solidarite-verneuil.org/forum/>
- sur notre page Facebook :
www.facebook.com/pages/Solidarite-Verneuil/
- et par téléphone au 06 27 44 77 60

Gardons le contact :

Si vous souhaitez témoigner, avoir des renseignements pratiques ou simplement discuter, appelez-nous :

- Hélène (69) : 06 27 44 77 60
- Patou (06) : 06 61 43 02 24
- Erika (10) : 06 11 75 00 95
- Françoise (11) : 06 79 50 87 49
- Lydia (12) : 06 48 26 40 89
- Gwénaëlle (60) : 06 82 87 36 22
- Julie (13) : 06 45 33 01 61
- Mickaël (71) : 06 20 49 46 72
- Anaïs (92) : 06 51 57 76 55
- Vanessa (68) : 06 64 35 96 38
- Pascal (39) : 06 25 02 09 16