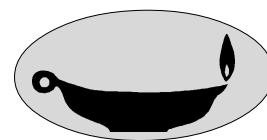


le lien

de Relais Lumière Espérance

Lettre d'information de l'association
aux membres et aux amis
N° 24 - 2^e semestre 2011



Rencontre chrétienne de parents et amis de personnes souffrant de maladie psychique

Editorial

Et quand ils furent montés dans la barque, le vent tomba...



Un grand vent soufflait, et la mer était houleuse.

La barque se trouvait déjà à plusieurs centaines de mètres de la terre ; elle était battue par les vagues et le vent était contraire. Voyant que ses disciples se battaient à ramer contre le vent, vers

la fin de la nuit Jésus vint vers eux en marchant sur la mer. Il leur parla : *"Confiance, c'est moi, n'ayez pas peur"*, et il dit à Pierre qui se trouvait dans la barque : *"Viens !"* Pierre descendu de la barque marcha sur les eaux, alla vers Jésus et voyant le vent, il eut peur et commença à couler. Jésus lui tendit la main et lui dit : *"Homme de peu de foi, pourquoi as-tu douté ?"*... et quand ils furent montés dans la barque, le vent tomba (d'après Matthieu 14 (v.27.32)).

Jésus nous tient le même langage lorsque la tempête que nous vivons ensemble dans nos partages en groupe nous essouffle et nous fait perdre courage : *"Confiance, c'est moi, n'ayez pas peur, je suis avec vous."* Il monte dans notre barque et le vent s'apaise, la houle se calme dans nos cœurs. Nous faisons route avec lui.

Invitons Jésus à monter dans notre barque lorsque les vagues nous bousculent, qu'une situation devient insupportable, qu'il nous faut réduire la voilure ou qu'un changement de cap devient nécessaire. Quelques témoignages lus dans ce bulletin nous montrent comment accueillir l'Espérance et comment l'horizon s'éclaire à la faveur des changements de bord.

Et grâce à la nouvelle dénomination de notre mouvement, expliquée par Monseigneur Thomas dans ce numéro du Lien, nous allons peut-être nous appuyer encore plus fortement sur cette certitude que nous donne la foi en Celui qui tient la barque aussi bien sur mer calme que dans les tempêtes de nos vies. Vos témoignages à ce sujet, soit vécus dans les groupes, soit de manière plus personnelle pourraient nous aider pour notre prochain journal et pour notre site internet.

Jean-Claude Leclercq
Président

Sommaire

- **Editorial**
Jean-Claude Leclercq
- **Prière d'une mère**
- **Relais Lumière Espérance**
par Mgr Thomas
- **Des solutions d'accueil pour nos enfants**
Trois témoignages de parents
Quelques structures d'accueil
- **Nouvelles de Relais**
- **Nouvelles et annonces**
Pèlerinage à Lourdes 2012

Prière

Prière d'une mère

Je te rends grâce, Seigneur, pour la présence chaleureuse de mes amis réunis ici dans la même souffrance, pour la présence du Père Emmanuel qui nous donne de son précieux temps.

Seigneur, viens à mon secours, ne m'abandonne pas ; je me sens si démunie si impuissante,
Aide-moi à accepter cette impuissance ou alors fais-moi savoir ce que je dois faire.

J'ai l'impression de fuir, d'être lâche par rapport à la maladie de ma fille mais alors quoi faire, sinon prier quand on ne peut rien faire ou alors si, peut-être lui parler, lui dire des mots qui lui font du bien ou du moins des mots qui ne font pas de mal. Pardonne-moi ma maladresse. Souvent mes mots font plus de mal que de bien. Aide-moi à trouver une parole juste, une parole qui respecte et fasse sens pour elle.



RELAIS Lumière

● ● ● Parfois je me demande : est-ce que je dois lui parler de mes activités ? Est-ce que je ne lui fais pas mal à elle qui ne peut plus rien faire ? Ne suis-je pas indécente et cruelle de lui parler d'une vie qui ne lui est plus accessible à elle qui doit rester couchée une grande partie de la journée parce qu'elle est accablée de fatigue ?

En même temps je me dis que je dois rester vivante, continuer à lui montrer ce chemin de vie.

Je me demande parfois si je ne deviens pas un peu folle moi aussi. Aller faire du tango argentin et de la couture quand sa fille est peut-être en train de mourir à petit feu.

Je ne sais pas, je ne sais plus ; tout se mélange dans ma tête, comme une omelette d'idées informes. Aide-moi à y voir clair Seigneur, à ne pas perdre courage.

Je te confie Marie. Ne la laisse pas seule, rejoins-la dans sa souffrance. Rends au moins sa souffrance féconde si tu ne peux faire plus ou si ma foi n'est pas assez grande pour que je puisse croire que je peux te demander davantage. Ai-je le droit de faire comme si tout cela n'existait pas ?

Si je regarde la réalité en face, je plonge dans une tristesse infinie et si je fuis, je me sens lâche et indigne et surtout j'ai peur, peur pour sa vie, ou peur de la voir un peu plus sombrer dans la folie. Des deux manières de toute façon j'ai peur.

Alors je te confie mes peurs Seigneur. Toi qui n'arrêtes pas de dire "n'aie pas peur", aide-moi à garder confiance.

Une maman de Relais



Quelques lignes d'histoire⁽ⁱ⁾

Le 26 mai 2011 notre modeste mouvement adoptait la nouvelle dénomination proposée après de multiples consultations : "RELAIS LUMIERE ESPERANCE" comportant, en sous-titre, "Rencontre chrétienne de parents et amis de personnes souffrant de maladie psychique." Elle remplace la dénomination "RELAIS d'amitié et de prière" incluse dans les deux mots "rencontre chrétienne" puisque les chrétiens se considèrent comme des croyants qui prient et tissent entre eux des rapports amicaux et fraternels.

Dès 1979, notre mouvement définissait ainsi son but : "Favoriser la vie de foi des familles de malades mentaux par la rencontre, le partage, la prière et leur participation à la vie de l'Église" (juillet et septembre 1979)

En 1981, Mme Line Cuny organise une rencontre des familles intéressées par ce projet. Mgr Gaudillière propose un schéma de rencontres pour ces familles (nous le pratiquons toujours pour l'essentiel dans les réunions de groupes). En mars 1984, Mgr Gaudillière propose le mot *RELAIS* pour dire de façon moderne "Ephrem" (cf Jean 11,54), autrement dit : "avec Jésus qui nous précède – dans l'amitié, avec des gens comme nous parfois aussi déconcertés par les voies du Seigneur – dans la prière fraternelle – pour refaire nos forces – et reprendre cœur".

Les rencontres de groupes se multiplient. Le 17 décembre 1992, une asso-

ciation selon la loi de 1901 est créée, statuts publiés au J.O du 10 mars 1993 sous le nom de *RELAIS*. On remplace l'expression "maladie mentale" par "maladie psychique". Début 1998 paraît le premier numéro de notre journal le "Lien", dont un des objectifs est d'être présent aussi auprès de ceux qui n'ont pas la possibilité de rejoindre un groupe. Le 26 janvier 2002 est adopté le principe d'une "charte" de *Relais* qui sera mise au point le 25 avril 2003, adoptée et diffusée à partir de septembre 2003. Vient ensuite les livrets sur "le responsable de groupe *Relais*" et sur "les conseillers spirituels de *Relais*". En mai 2007 a lieu un pèlerinage de "Relais" à Lourdes. Un autre est en cours de préparation pour 2012. Chaque année se déroule une "rencontre nationale" et environ 37 groupes *Relais* se réunissent régulièrement en France.

C'est à l'intérieur de ces groupes, avec leurs responsables et leurs conseillers spirituels qu'est née la recherche d'une nouvelle dénomination offrant plus de chances au mouvement *RELAIS* de se faire connaître sous un jour donnant priorité à une recherche communautaire de la LUMIERE et de l'ESPERANCE chrétiennes. Ainsi s'est forgée au cours des années 2009/2011 la décision du 26 mai 2011.

Essayons de développer le sens de l'association entre ces trois mots-clés pour comprendre ce que doivent être les Groupes et, plus généralement, l'esprit de notre Association, de la rencontre nationale annuelle et de notre prochain pèlerinage.

RELAIS

Chaque rencontre de notre mouvement devrait jouer le rôle d'un *Relais*.

Lieu sympathique pour faire une halte après un long moment de marche. On y est accueilli en ami, avec le sourire. On y trouve un maître ou une maîtresse de maison qui vous salue chaleureuse-

Espérance

ment et vous invite à entrer : manifestement il vous attendait et se réjouit de votre arrivée. On échange des mots sympathiques, on se reconnaît, on s'appelle par son prénom, beaucoup s'embrassent. Tel arrive avec des fleurs à la main, tel autre avec un café ou un gâteau à partager. L'intention dominante ? Chacun veut tout mettre en oeuvre pour que le temps vécu ensemble soit reposant, réconfortant pour le corps, le cœur, l'esprit, le moral intérieur. La présentation d'un *Relais* cherche à faire bonne impression dès l'arrivée, grâce à la disposition des lieux, à l'éclairage, aux fleurs, aux sièges, à l'accessibilité.

Chacun ressent le besoin de souffler, de se poser, de se reposer. Chacun voit dans les autres des co-invités ayant mêmes droits et mêmes devoirs. Façon de dire que la confiance est totale. Chacun va donner et recevoir. Nul ne sera

exploité, incompris. Personne ne se sentira " de trop ", mal jugé, inattendu ou non désiré.

Un moment dans la vie pour participer à une action commune. Dans une course de " *Relais* " chacun reçoit puis transmet le flambeau : la victoire de tous est fondée sur la victoire de chacun. Si l'un tombe, tous en portent les conséquences. Si l'un est plus vaillant aujourd'hui, tous en bénéficient. Tel qui n'est pas aujourd'hui en bonne forme le sera davantage la prochaine fois. Donner et recevoir : voici les mots qui désignent un vrai groupe *Relais*.

Une chaîne ininterrompue entre hier, aujourd'hui et demain. Un lien entre ces temps de toute vie. Un soutien entre ceux qui viennent pour la première fois et ceux qui sont là depuis longtemps. Un échange entre ceux qui découvrent la difficile relation avec

un malade psychique et que guette la tentation de désespérer et ceux qui la vivent depuis de longues années et ont découvert leur propre façon de tenir, de faire face sans que la vie devienne intenable.

Après les heures vécues en *Relais*, on **repart** avec un courage renouvelé pour affronter le quotidien. On ne s'installe pas dans le *Relais* mais on se sent invité à garder le contact avec ceux qui sont venus au *Relais* : téléphone, mails, correspondance, lecture de documents circulant entre les habitués du *Relais*. Et, si la halte en *Relais* nous a vraiment fait du bien, on n'hésite pas à **communiquer l'adresse de Relais**. Surtout si des amis sont en recherche d'un *Relais* plus proche de chez eux. Ce sera peut-être l'occasion de participer à la création d'un nouveau *Relais* dans les environs : il y a tant et tant de personnes qui aimeraient bénéficier de ces haltes en *Relais* proches de chez eux !

Dans l'évangile, on voit Jésus organiser des temps de *Relais* pour lui et ses disciples. " Venez, reposez-vous un peu " (Mc 6,31) - Il va dans le pays de Tyr et de Sidon, au bord de la mer - Il invite dans la région de Césarée de Philippe et en profite pour questionner ses disciples sur ce qu'ils pensent de lui - Il gravit le Thabor pour être avec Pierre, Jacques et Jean et laisser apparaître sa Lumière intérieure par la Transfiguration - Il invite les trois mêmes à veiller et prier avec lui au moment de l'agonie - Il aimait s'arrêter à Béthanie chez Marthe, Marie et Lazare - Et régulièrement il était avec son Père dans la prière, parfois toute la nuit avant de prendre les grandes décisions - Il s'éloigne de Jérusalem où gronde l'opposition contre lui pour aller à Ephrem - Il organise son dernier repas pascal chez des amis de Jérusalem : là il célèbre son Repas pascal, l'Eucharistie dans laquelle il se livre intérieurement. Chaque Eucharistie peut devenir le sommet d'une rencontre en *Relais*.

J'observe que tous ces moments forts ont été l'occasion pour ses disciples de mieux comprendre la personnalité de

Monseigneur Marcel Gaudillière

D'une certaine manière, Mgr Marcel Gaudillière, qui nous a quittés le 11 juillet 2011, fut à l'origine de *Relais*. Il connaissait très bien Line Cuny. Elle faisait partie de l'UNAFAM qui lui apportait un réel soutien. En même temps, elle ressentait le besoin d'un mouvement spirituel qui aiderait ses membres à porter leur épreuve à la lumière de la foi chrétienne, leur proposant de prier ensemble, de se porter les uns les autres. Le " père Marcel ", l'a orientée vers l'OCH et vers moi en pensant qu'il serait possible de s'inspirer de l'expérience de *Foi et Lumière*.

Je ne voyais guère possible à l'époque de nous engager dans ce projet. Cependant, je lui conseillais de prendre contact avec Jean Desalme, responsable du service " malades et handicapés " au Secours catholique. Ce qu'elle fit. Sa démarche aboutit à une réunion au Secours Catholique où Jean Desalme invita d'un côté Line Cuny, Mgr Gaudillière et moi et d'autre part des membres d'*Amitié Espérance*. A l'issue de cette réunion, les participants se scindèrent en deux groupes, ceux qui souhaitaient un mouvement auquel participeraient les parents avec leur enfant en difficultés psychiques (*Amitié Espérance*), et ceux qui désiraient se retrouver sans leur enfant. Pendant plusieurs années ce groupe demeura sans appellation.

Mgr Gaudillière attachait beaucoup de prix à *Relais*. Sa présence dans le groupe apportait beaucoup de sagesse, de sérénité et d'humour.

Marie-Hélène Mathieu



Jésus, son lien avec le Père et son attitude devant les difficultés des autres, leurs maladies et leurs angoisses, et finalement la mort de son ami Lazare et sa propre mort causée par l'opposition à sa prédication d'une Bonne Nouvelle de salut pour tous.

Ainsi fonctionnent nos *Relais* où on apprend à connaître et être connu, à reconnaître et être reconnu, à apprécier et être apprécié.

LUMIERE

Nul ne peut vivre sans lumière pour les yeux, l'esprit, le cœur. Notamment quand les ténèbres nous assaillent. Les rencontres en *Relais* apportent souvent des lumières sur la nature des troubles psychiques affectant nos proches. Certains frères et sœurs du *Relais* évoquent librement leur passé, rappellent qu'il leur a fallu du temps pour comprendre ce qui n'allait pas dans le comportement de leur fils, fille, frère, sœur, père, conjoint. Ils ont marché longtemps sans savoir, sans comprendre. Lorsqu'ils évoquent ce difficile itinéraire vers la vérité de leur situation, ils éclairent ceux qui n'ont pas encore fait ce parcours. Leur parole redonne confiance. Leur liberté encourage. Leurs réactions devenues plus apaisées deviennent source d'apaisement pour d'autres. Ils ont évacué le sentiment de culpabilité ou de responsabilité qui obscurcissait le regard. Maintenant, voyant plus clair en leur conscience, ils deviennent source de lumière.

Ainsi se propage la lumière entre les membres d'un *Relais*, des plus anciens aux plus jeunes, des plus ouverts à la Foi à ceux qui hésitent à accueillir les propositions venant de la Révélation biblique.

Car **la Bible est toujours ouverte et lue** à un moment ou à un autre pendant une rencontre en *Relais*.

Des petites phrases proclamées puis méditées jaillissent comme des éclairs, suscitant des prises de conscience lumineuses et durables.

"Le Seigneur est ma lumière et mon salut, de qui aurais-je crainte ?" (Ps 26/27, 1)

"Fais-moi voir ta lumière et ta vérité, qu'elle me guide... et me conduisent" (Ps 42/43,3)

"O Dieu, regarde jusqu'au fond de mon cœur et sache tout de moi... Reconnais mes préoccupations profondes" (Ps 138/139, 23)

"Quand tout est obscur, une lumière se lève pour l'homme droit" (Ps 111/112, 4)

Lorsque Jésus entre dans notre monde, "la gloire du Seigneur enveloppe de lumière" les bergers de Bethléem (Lc 2,9). Désormais, chaque fois qu'une personne ouvre son cœur au Christ, la Lumière d'En-Haut l'enveloppe. En effet, "en Lui était la Vie et la Vie était la Lumière des hommes et la Lumière brille dans les ténèbres... La Parole (de Dieu) était la vraie Lumière... Mais (certains) ont préféré l'obscurité à la lumière... Mais **celui qui obéit à la Vérité vient à la lumière**, afin qu'on voie clairement que ses actions sont accomplies en accord avec Dieu" (Jean 1, 4-5 ; 3,19-20)

Chaque fois que nous écoutons en *Relais* un passage de la Bonne Nouvelle du Christ mort à cause de nos fautes et ressuscité pour que nous devenions des justes, chaque fois Il nous invite amicalement : **"Je suis la Lumière du Monde**. Celui qui me suit aura la lumière de la vie et ne marchera plus jamais dans l'obscurité" (Jn 8, 12). Et encore *"Marchez pendant que nous avez la lumière, pour que l'obscurité ne vous surprenne pas, car celui qui marche dans l'obscurité ne sait pas où il va. Croyez donc en la Lumière pendant que vous l'avez, afin que vous deveniez des êtres de Lumière"* (Jn 12, 35-36).

"Vous êtes la lumière du monde" (Mt 5,14). Dans un groupe *Relais*, cette affirmation prend tout son sens. Chaque membre y écoute la Parole de Dieu, se laisse imprégner par elle, et devient progressivement un être de Lumière. Il rayonne par son être même. Par sa façon de vivre et de parler de sa situation il éclaire les autres. Et si tous en font autant, la communauté *Relais* devient lieu et moment de Lumière. Chacun, en revenant chez lui, peut constater comme les disciples d'Emmaüs passés des ténèbres du désespoir à la certitude de la Résurrection : "N'y avait-il pas comme un feu qui brûlait au-dedans de nous quand il nous parlait en chemin et nous expliquait les Écritures ?"

Alors, sans hésiter, invitons le Christ à entrer avec nous dans nos maisons *Relais* : "Reste avec nous ; le jour baisse et la nuit approche". Il entra donc pour

rester avec eux... Alors leurs yeux s'ouvrirent et ils Le reconnurent" (Lc 24, 28-32).

ESPERANCE

Au terme de l'histoire humaine, dit l'Apocalypse, les Humains marcheront enfin à la Lumière de Dieu ; il n'y aura plus besoin ni de lampe ni de soleil, il n'y aura plus ni jour ni nuit puisque le Seigneur Dieu sera devenu la Lumière pour tous ceux qui l'auront accueilli. Ce sera Jour, Vie et Bonheur éternels. (Apoc 22)

Cette perspective nous reconforte à certaines heures. À d'autres heures elle nous semble extrêmement lointaine, ir-réaliste. Ni plus ni moins que la Foi et l'Amour.

En effet, **croire** n'est pas voir : c'est juger qu'on ne se trompe pas et donc espérer, anticiper intérieurement le jour où on comprendra à l'évidence qu'on ne s'est pas trompé.

Aimer, c'est vouloir le bonheur de celui qu'on aime, s'investir pour que ce bonheur lui arrive. Là encore, c'est anticiper, espérer que ce bonheur finira par arriver.

Espérer, c'est entrer dans une histoire d'amour et de confiance avec l'intime conviction que Dieu veut nous faire découvrir la Lumière et susciter en nous l'amour quand le meilleur moment sera venu. Déjà, il le veut de toute sa Volonté. Mais Il tient compte de nos lenteurs, de nos hésitations, de nos allers et retours. Il ne nous brusque jamais. Il ne nous aveugle pas de lumière dès le premier instant : il nous y ouvre progressivement. Il entretient en nous le désir d'aimer comme le Christ : et l'Esprit de Dieu transforme avec délicatesse nos cœurs de pierre pour qu'ils deviennent des cœurs de chair.

Oui, Dieu prend son temps car il a tout le temps devant lui.

Il n'exige rien avant que soit arrivé le moment opportun.

Ainsi fonctionne un Relais. Chaque rencontre apporte une touche de couleur, un léger souffle d'espérance. On y vit rarement de grands chamboulements intérieurs. Mais l'espérance se réchauffe comme une braise sur laquelle on souffle ensemble. Dans la chaleur de l'Esprit Saint. Et à chaque rencontre, nous avons une pensée

pour ceux qui auraient souhaité y participer, présents dans nos prières.

On apprend à attendre. On laisse du temps au temps. Comme l'écrit Paul aux chrétiens de Rome : " Il y a une espérance ; c'est que la création elle-même sera libérée un jour du pouvoir destructeur qui la tient en esclavage et qu'elle aura part à la glorieuse liberté des enfants de Dieu. Nous savons en effet que maintenant encore la création entière gémit et souffre comme une femme qui accouche. Mais pas seulement la création; nous qui avons déjà l'Esprit Saint comme première part des dons de Dieu, nous gémissons aussi intérieurement en attendant que Dieu fasse de nous ses enfants et nous accorde une délivrance totale... Si nous espérons ce que nous ne voyons pas, nous l'attendons avec patience " (Rom 8, 20-25).

" L'espérance ne va pas de soi... C'est d'espérer qui est difficile. Et le facile et la pente est de désespérer et c'est la grande tentation. La petite espérance s'avance entre ses deux grandes sœurs. Le peuple chrétien ne voit que les deux grandes sœurs, n'a de regard que pour les deux grandes sœurs... Et il ne voit quasiment pas celle qui est au milieu. La petite.... C'est elle, cette petite, qui entraîne tout. Car la Foi ne voit que ce qui est. Et elle, elle voit ce qui sera. La Charité n'aime que ce qui est. Et elle, elle aime ce qui sera.... L'Espérance voit ce qui sera, dans le temps et pour l'éternité.... L'Espérance, dit Dieu, voilà ce qui m'étonne. Moi-même. Ça c'est étonnant⁽ⁱⁱ⁾.

Voilà nos

RELAIS LUMIERE ESPERANCE

Jean Charles THOMAS

Conseiller national, ancien évêque

⁽ⁱ⁾ Je glane ces lignes d'histoire dans le dossier réalisé par Guillaume Lamy de la Chapelle, qui fut secrétaire de Relais pendant plusieurs années. Je souhaite qu'il nous livre un jour un historique plus développé sur les origines de Relais.

⁽ⁱⁱ⁾ Selon Charles Péguy, la foi et la charité sont les deux grandes sœurs de la petite espérance. Extraits du " Porche du mystère de la deuxième vertu ", p. 176, 177 et 172 dans l'édition des " œuvres poétiques complètes ", NRF Gallimard 1954

Des solutions pour l'accueil de nos enfants

Trois familles témoignent de la vie de leur enfant malade dans une structure d'accueil, en évoquant les étapes antérieures.

Une initiative parmi d'autres :
la Maison des sources de Vendée
(Fédération Demeure des sources vives)



Galérant comme tous les parents avec la maladie psychique d'une de mes filles, âgée actuellement de 42 ans, la tempête s'est apaisée lorsque cherchant un lieu de repos pour Juliette, déclarée schizophrène par un médecin d'un grand hôpital parisien qui n'avait aucune solution de " convalescence " à me proposer, j'entendis parler de la **création d'une maison en Vendée**. Cette maison serait conçue sur le modèle proposé par Monique Hunault, instigatrice de ce style d'habitation, soit sept à huit résidents, porteurs du même style de maladie psychique, stabilisés par un traitement quotidien et adapté, essayant de vivre une vie communautaire à l'aide d'animateurs formés à l'accompagnement pour les aider à gérer leur quotidien.

Je téléphonai aussitôt et pris tout de suite le train pour aller poser ma candidature. Je dis MA car j'avais entendu pendant quinze ans, la célèbre phrase que beaucoup de parents ont en tête : "Mais votre enfant est majeur, il doit décider seul, appeler lui-même le psychiatre, faire ses démarches lui-même etc. ".

Cette fois-ci, mue par mon intuition de mère, j'ai décidé d'aller voir moi-même cette possibilité.

"Oui, j'ai bien été accueillie, oui la maison a été trouvée (un ancien hôtel des impôts), oui l'endroit est très loin de mon lieu d'habitation mais on ne peut pas tout avoir, oui le projet mené par une association bénévole va aboutir, oui ce lieu magique ouvrira ses portes en Octobre 2005, oui les deux animatrices ont été recrutées, oui ma fille n'y est pas opposée !

Oui la tempête semble s'apaiser et je rends grâce."

Embarquée dans une zone de "Non" depuis le début de la maladie de notre fille, tous ces Oui me semblaient de bon augure !

" Mais comment faire accepter cela à ta fille ? " et " Qu'y fera-t-elle ? " furent les deux grandes questions que l'on me posait.

Je suis habituée à faire confiance dans ma vie. Je demande conseil à Monique Hunault, je sens qu'il faut tenter l'expérience. Les frères et sœurs sont alertés et me soutiennent, ma fille aînée a cette parole forte envers sa cadette :

● ● ●
" Il est temps que tu quittes maman comme nous sommes trois à l'avoir déjà fait, fais un essai, tu verras bien ! " C'est le levier qu'il me fallait pour que ma fille accepte de partir et d'emménager, là-bas, au loin.

Juliette espère tellement une guérison qu'elle se laisse convaincre. Au bout de quelques mois, **l'expérience est bonne, Juliette apprend à vivre sans sa maman.**

Claudine et Marina*, les deux animatrices viennent chacune à mi-temps. Leur travail consiste à apprendre aux résidents à vivre le quotidien de toute vie de famille. Chacun, chacune, doit gérer son lever à l'heure, son habillement, son linge à laver et à repasser dans une lingerie commune, le ménage de sa chambre et sa salle de bains. Puis à tour de rôle, avec l'aide d'une animatrice, les courses sont faites dans la supérette du lieu et les menus préparés. Chaque semaine, les tours sont organisés pour la cuisine, le couvert et la vaisselle. Tout doit être nickel. C'est la fierté de Claudine et Marina lorsqu'elles arrivent et voient le travail accompli. Pour ceux dont la maladie psychique a pu s'adapter à ce style de vie communautaire, au bout de sept années, les progrès sont visibles. Toujours avec en filigrane, l'idée des animatrices de leur donner le maximum d'autonomie.

Au début Juliette peut appeler sa maman au téléphone quand elle veut mais elle apprend bien vite l'autonomie par rapport à sa mère et trouve bien agréable comme ses frères et sœur de ne pas appeler systématiquement. Cela la fait grandir. C'est ce qu'elle cherche d'ailleurs, malgré les symptômes de sa maladie qu'elle décrypte de mieux en mieux et avec lesquels elle doit vivre. C'est un élément sur lequel les parents peuvent se baser et que les psychiatres commencent à mettre en place. **Croire aux forces insoupçonnées de nos enfants malades**, capables de se positionner avec leurs symptômes. C'est à nous d'y croire et de les féliciter à chaque petite victoire.

L'air pur de cette contrée vendéenne réussit bien à Juliette, elle sent ses progrès et, encouragée par sa fratrie et les amis de sa maman, elle se plaît bien.

Question suivante : **" Elle reviendra tous les combien " ?**

Il n'y aura pas de règle, ce n'est pas un pensionnat, c'est nous qui irons la

voir, chez elle, dans son environnement dans sa région, son lieu de vie qu'elle va apprendre à connaître et qu'elle pourra nous présenter et si une rencontre familiale se précise, elle viendra peut-être s'y joindre.

Ombres et lumière sans cesse entremêlées, c'est le lot de toute vie humaine. Lorsque Juliette répand son chagrin au téléphone, la distance ne permet pas à sa mère d'y voler tout de suite et elle doit déployer des trésors de patience pour écouter et encourager comme elle le ferait avec toute personne en dépression. Sachant que Claudine et Marina joueront leur rôle si important.

Là-bas, Juliette réapprend à vivre non pas contre sa maladie mais avec ses symptômes. Les autres résidents sont comme elle ; ils se comprennent et s'entraident. Ils ne se sentent pas jugés, ils avancent ensemble, guidés par Claudine et Marina, aidés de bénévoles de l'association qui apprennent à connaître leurs richesses et leurs souffrances. Les deux sans cesse entremêlées.

C'est à nous de ne jamais oublier leur fatigue, leur découragement, leur changement d'humeur lorsqu'ils réalisent une fois de plus qu'ils ne vivent pas comme tout le monde. Pour cela je remercie les animateurs qui prennent le relais de la famille.

Une des clés de la réussite c'est l'autonomie qu'on leur laisse puisqu'ils peuvent gérer seuls leurs week ends par exemple. Les piluliers sont remplis chaque semaine par une infirmière et chacun encourage son voisin à prendre ses médicaments. Les tâches quotidiennes d'alimentation et d'entretien de la maison sont habilement réparties pour que chaque résident se sente accompagné et non perpétuellement assisté.

Les initiatives sont entendues, réfléchies en groupe, acceptées lorsqu'elles sont raisonnables, repoussées lorsqu'elles sont irréalisables. **Mais ce sont des personnes extérieures et non des parents qui doivent dire oui ou non à des enfants qui ont entre trente cinq et cinquante ans !!** Cela devient une famille !! Qui va vieillir bien sûr et là encore, il faudra se relever les manches et réfléchir à un style de vie adapté.

Un couple s'est formé et a demandé à être plus autonome. Le projet a été étudié avec Claudine et Marina, les bé-

névoles, le groupe et le couple. Projet mûrement réfléchi qui a abouti à l'annexe d'un appartement HLM dans lequel ce couple vit à l'essai, en lien avec la Maison des Sources, accompagné par Claudine. Au bout de quelques mois, l'expérience est concluante.

Bien sûr, il faut savoir que **ce genre de structure peut convenir à certains et pas à d'autres.** Juliette a toujours été relationnelle puisque dans sa vie d'écolière, avant la première crise de délire, elle récoltait chaque année le prix de camaraderie. Son tempérament habitué à s'intéresser aux autres, l'a sûrement aidée mais les animateurs, le psychiatre et l'infirmière lui ont appris à savoir dire non pour se protéger ce qui est particulièrement difficile.

Pour Juliette, les progrès sont notables, lorsqu'elle revient dans sa famille, elle se sent plus appréciée qu'autrefois car elle a quelque chose à raconter, c'est-à-dire sa vie là bas. Si on veut bien l'écouter elle se sent valorisée.

Les activités proposées au fur et à mesure des possibilités de chacun, de leur fatigue immense, de leurs traitements lourds s'organisent chaque rentrée " scolaire ". Certaines sont obligatoires comme le sport, la randonnée et relaxation, d'autres, suivant le désir de chacun et leurs aptitudes tels le piano, le jardinage, l'équitation, le bénévolat, le chant, la peinture d'icônes, la poterie, les groupes de prière pour certains. Plusieurs sorties sont organisées dans l'année, la grande aventure fut un voyage au Maroc ! Sans cesse les animatrices sont à la recherche de bénévoles de la région qui pourraient venir donner un coup de main. Au départ, les gens sont réticents car la maladie psychique fait peur puis l'appropriation se fait et chacun trouve sa place.

Mon admiration se porte sur les animateurs, salariés ou bénévoles et leur assiduité à vivre avec les résidents de manière à former une grande famille.

Bien entendu, il y a des écueils, chaque histoire est unique, certains ne peuvent s'habituer à la vie communautaire, chaque maison a son style de vie, certaines pathologies trop lourdes ne peuvent rester dans ce système tel qu'il a été conçu. Chaque patient également n'est pas prêt, au même moment, à accepter son handicap.

Pour la maman de Juliette la Maison des Sources a vite été baptisée " mai-

son magique " ce qui fait sourire les amis ! Depuis que Juliette est là bas, sa maman a plus de temps pour s'occuper d'une association de familles de malades psychiques, le temps de s'informer sur les recherches autour de cette maladie, de lire, d'écrire, d'être plus proche de ses autres enfants pour lesquels la Maison des Sources est une sécurité, temporaire peut-être, mais pourquoi ne pas espérer une suite harmonieuse ? Certes la Vendée est loin mais l'enjeu en vaut la peine surtout pour Juliette et c'est cela que privilégie sa famille, non pas pour se débarrasser d'elle mais pour la sentir dans un cadre adapté à sa pathologie et la voir vivre avec d'autres qui ressentent les mêmes besoins car chaque fois que Juliette revient dans son cadre familial ou amical, elle ressent la souffrance de " n'être pas comme les autres ".

La Maison des Sources lui évite cela.

L'équipe des deux salariées, des psychologues, des bénévoles s'ingénie pour aider les résidents à gérer leurs angoisses qui sont un de leurs plus grands symptômes. Sans cesse, ils ont besoin d'être rassurés et se rassurent les uns les autres. Si l'un d'entre eux est malade, le groupe va le prendre en charge pendant un moment. C'est leur force. Souvent, une de leurs activités consiste à aller voir un copain à l'hôpital. Toutes leurs initiatives leur donne l'impression d'exister aux yeux d'une société qui ne s'intéresse guère à eux. Cela leur permet d'évoluer vers une autonomie plus grande. Pour les familles, c'est probablement un risque mais pour eux c'est une grande chance.

Et la **foi dans tout cela** ? Là encore une grande liberté est laissée aux résidents. Juliette aime depuis toujours assister à la messe et prier avec d'autres. Elle peut s'y rendre lorsqu'elle n'est pas trop fatiguée le dimanche et une fois par semaine, elle a déniché un groupe de prière où des religieuses âgées sont heureuses de l'accueillir. Juliette est ainsi depuis toujours et sa foi l'aide à vivre avec les autres, joies et peines confondues.

Une maman

* Claudine et Marina ont accepté de livrer l'essentiel de leur travail pour cet article.

De la nécessité de s'adapter à la réalité évolutive de notre proche malade psychique



Notre fille, Cécile, a 45 ans ; elle souffre de schizophrénie depuis l'enfance mais sa maladie s'est réellement déclarée à 23 ans, et a évolué dans le temps. Nous avons donc mon mari et moi constamment cherché des solutions adaptées : L'Unafam, et *Relais* nous ont aidés, c'est très important à souligner ! Merci à ces associations sans lesquelles nous aurions été perdus.

Cécile a travaillé dans un premier temps en milieu ordinaire et a habité un studio proche de chez nous, mais très vite la solitude l'a entraînée à inviter n'importe qui chez elle et donc à se mettre en danger. Il a fallu renoncer à cette forme d'hébergement

Cécile a ensuite intégré un établissement et service d'aide par le travail (ESAT) et a eu la possibilité de vivre dans un foyer d'hébergement, cela a duré 3 ans.

Sa maladie s'aggravant légèrement, elle n'a plus été apte à travailler en ESAT et elle a vécu dans un appartement thérapeutique quelques mois, mais là encore l'accompagnement social et médical était trop léger et Cécile se sentait en insécurité. Il nous a paru évident qu'elle devait trouver un hébergement respectant à la fois son autonomie, qu'elle réclamait très fort, et suffisamment encadrant pour l'aider à se structurer.

La maison des sources en Vendée fut alors une bénédiction, car Cécile a pu prendre son envol loin de la maison,

trouver des amis et avoir des responsabilités pour se valoriser, elle pouvait prendre le train une ou deux fois par trimestre pour nous rejoindre en région parisienne. Cécile a profité pleinement de cette formule pendant 7 ans, elle en garde d'excellents souvenirs.

Malheureusement la maladie a de nouveau évolué, les angoisses de Cécile sont devenues très fortes liées à des hallucinations auditives, nécessitant une longue hospitalisation et, au retour de l'hôpital, rendant son insertion dans les activités communes de plus en plus difficile. Les animatrices l'ont accompagnée personnellement avec un doigté et un amour dont je leur sais gré, mais Cécile réclamait un accompagnement plus proche le soir et le week end, ce qui n'était pas possible dans cette maison de Vendée, aussi géniale soit-elle.

Cécile est donc revenue dans les Yvelines depuis février. Elle vit dans un foyer d'accueil médicalisé (FAM) à Septeuil. Ce foyer est très grand, (60 places), un beau château dans un grand parc, au cœur d'un petit village coquet sans grandes tentations ni dangers, elle est libre d'aller et venir tout en étant étroitement suivie par des médecins, psychologue, psychiatre, différents animateurs qui travaillent en équipe et étudient la manière de la faire progresser.

Cécile a une grande chambre avec une salle de bains pour elle, les repas sont pris dans une belle salle à manger, les espaces de vie commune sont très bien

aménagés et décorés, le personnel est très humain et respectueux. Certes ce n'est pas la même ambiance familiale qu'à la maison des sources, mais Cécile trouve son compte et profite de la multiplicité des contacts car elle peut bavarder avec l'un ou l'autre des résidents, et avec la secrétaire, l'infirmière, l'aide-soignante, la femme de service etc...

Elle a diverses activités bien balisées, le programme est adapté à ses désirs et modulé en fonction de son état, il semble qu'elle soit heureuse car la multiplicité des contacts lui permet de parler avec l'un ou l'autre.

Nous découvrons que la tendance à l'éparpillement peut devenir un atout pour Cécile car elle sait écouter, faire plaisir, consoler, rendre service ici ou là...

Quand nous ramenons Cécile après un week-end, les résidents sont ravis de la revoir, c'est réjouissant pour elle mais aussi pour nous ! !

Le foyer assure le suivi quotidien : prise des médicaments, soin corporel, lavage du linge, prend les rendez-vous chez les médecins à l'intérieur comme à l'extérieur si nécessaire, programme avec elle ses activités hebdomadaires, ses sorties... Des fêtes sont organisées, des repas à 4 ou 5 sont prévus une fois par mois pour rompre la monotonie, la messe est célébrée sur place une fois par semaine, chacun est libre d'y participer ou non, chacun est respecté.

Nous avons eu à faire bien des deuils à chaque étape de la maladie, et parfois cela a été douloureux de renoncer à telle solution qui paraissait pourtant bonne et pérenne. Ainsi va la vie, fluctuante, nous obligeant à une adaptation permanente. Sans doute cela nous garde-t-il le cœur jeune et l'œil éveillé ! A première vue cet itinéraire peut apparaître, pour nous et pour Cécile, comme une succession d'échecs et une perte d'autonomie... Il nous appartient d'affiner notre regard, de voir au-delà des apparences et de goûter au fil du temps, le meilleur de chaque cadre de vie. Cette attitude positive n'exclut pas, bien au contraire, d'envisager avec réalisme les changements d'hébergement compte-tenu de l'évolution de la maladie de notre proche.

Cécile nous étonne par sa capacité à se glisser dans tel ou tel style d'hébergement, et à s'épanouir tout en rendant heureux les autres autour d'elle.

Pour nous, notre ligne de conduite est de garder l'espérance, et de la demander dans la prière en nous appuyant sur les mots de Cécile : " J'aime en vous votre foi et votre persévérance, je sais que vous m'aimez ".

Merci à notre fille pour ses trésors intérieurs !

Des parents

MAS de l'œuvre Falret à Paris

Mon fils Marc est atteint d'une forme de schizophrénie particulièrement grave ; après des années de traitement, et après foyers, appartement thérapeutique, etc.... et l'espoir un moment d'une relative autonomie il a fallu se rendre à l'évidence : il ne pourra jamais vivre seul. Il a alors été accueilli à Paris dans une maison d'accueil spécialisée (MAS) qui dépend de l'œuvre Falret. Il y disposait d'une grande chambre avec douche, par groupe de 8 chambres il y avait salle à manger, salon, salle de bains... Avec un personnel très attentif, qui cherchait pour chacun les activités pouvant lui convenir. Tout était pris en charge sur place : linge, coiffeur, soins médicaux autres que psychiatriques même si dans le foyer il y avait un psychologue à plein temps et que qu'un psychiatre passait régulièrement. Par ailleurs les liens avec la famille étaient étroits : entretiens réguliers avec le psychologue, avec le personnel qui s'occupait de Marc... Dans le parcours varié de mon fils, c'est le lieu d'accueil où les liens avec la famille étaient le mieux pris en compte.

Cette période calme, où je pouvais m'absenter sans souci, a duré près de deux ans. Puis l'état de Marc s'est aggravé, il est devenu dangereux pour lui-même et pour les autres et n'a pu rester.

Ces deux années, probablement les dernières qu'il passera hors d'un hôpital, resteront une plage de paix, de tranquillité dans une vie chaotique. Encore merci à ceux qui ont pris soin de lui pendant cette période.

Une maman

Garder l'espoir...

La maladie de nos enfants ne devient souvent apparente que vers l'adolescence ou un peu plus tard, et nous oblige – nous et notre enfant malade – à faire le deuil du projet d'une vie entièrement " normale " ; mais quelle que soit l'évolution de la maladie, on peut trouver une forme d'accompagnement adaptée à chacune des différentes phases de son évolution, et finalement c'est peut-être cela le plus important. C'est difficile de s'adapter car les changements sont parfois brutaux, souvent négatifs, mais il faut garder à l'esprit qu'on trouvera toujours une aide, un accompagnement, et que la vie de notre proche, dans ses différents états, peut toujours trouver une forme d'épanouissement : cet espoir-là, on peut raisonnablement se le permettre... Et c'est ce qui ressort des trois témoignages ci-dessus.

Structures d'inspiration chrétienne pouvant accueillir des malades psychiques (cet inventaire n'est pas exhaustif)

En région parisienne :

- **Les amis de l'atelier**

(accueil handicapés mentaux et aussi psychiques)

17 rue de l'Egalité 92290 Châtenay Malabry, Tel. 01 46 29 59 00, www.lesamisdelatelier.org

- **Œuvre Falret**

49, rue Rouelle 75015 Paris - Tel. 01 58 01 08 90- www.falret.org

- **Œuvre de l'hospitalité du travail** (pour les femmes)

27-31 rue Félicien David 75016 Paris, Tel. 01 42 88 02 34, www.ohtparis.com

Et en province :

- **Fédération Demeure des sources vives**

3 chemin de l'Arrouza, 65100 Lourdes, Tel 05 62 41 89 63, www.dsv-sources-vives.com

- **Fondation John Bost** (accueil handicapés mentaux et aussi psychiques), 24130 La Force, Tel. 01 53 58 01 03, E mail : communication@johnbost.fr

- **Les Invités au festin** - 10 rue Cassote 25000 Besançon, 03 81 88 90 30, www.lesinvitesaufestin.fr

- **Le village Saint-Joseph**

20 route de Gouarec - 22110 Plounevez-Quintin, Tel. 02 96 24 59 83, contact@villagesaintjoseph.org



● Réunion des responsables de groupes *Relais*

Cette réunion, qui s'est tenue en mai 2011 au Cénacle de Versailles, était animée par le Président, Jean-Claude Leclercq, et par Monseigneur Thomas. Y participaient, outre les responsables de groupe, un certain nombre de conseillers spirituels. L'un des responsables a retracé pour nous les principaux points de cette rencontre :

" Quatre ateliers nous étaient proposés :

- 1) Comment faire connaître *Relais* Lumière Espérance autour de nous ? Comment accueillir de nouveaux participants ?
- 2) La préparation des rencontres L'équipe d'animation et le choix des thèmes et des textes de la parole de Dieu
- 3) L'animation de la rencontre Partage autour d'un thème, soutien, prière et fraternité. Rôle du conseiller spirituel
- 4) Constitution d'un groupe : soit une personne sollicitée par un membre du Bureau, soit essaimage d'un groupe, soit le lien avec une paroisse, une aumônerie de santé ou d'hôpital psychiatrique.

Quelques idées fortes retenues de ces quatre ateliers :

Importance de cette rencontre pour réaliser un travail commun au niveau national

Partage enrichissant du travail des différents groupes

Soutien indispensable pour les responsables

Se rappeler les outils de communication pour se faire connaître, Pastoraux de la famille et de la santé, journaux diocésains, bouche à oreille, saisir les occasions en étant à l'écoute. Surtout ne pas oublier le site Internet de *Relais*.

Insister sur l'écoute des familles et sur la confidentialité des récits faits dans les groupes.

Deux grandes questions ont émergé :
- le renouvellement du responsable, d'où l'importance de l'équipe d'animation pour que tout ne soit pas dans une seule main.

- comment intégrer une nouvelle personne, désireuse de déposer son fardeau, sans trop alourdir la rencontre.

Le thème de l'écoute et le besoin d'une formation dans ce sens ont souvent été évoqués.

Quelques mots de l'intervention des conseillers spirituels dans les groupes :

L'importance de l'écoute, de la complicité entre le conseiller spirituel et l'animateur, de la place du conseiller spirituel comme accompagnateur du groupe, son désir de replacer chacun dans un contexte de foi et d'espérance même si le fardeau est lourd est rappelée. Certains conseillers spirituels cheminent avec des participants des groupes en dehors des rencontres. Ne pas oublier la place de la foi chez les patients dont on parle dans le groupe.

Ensemble nous sommes à l'écoute de la parole de Dieu choisie pour chaque rencontre.

Un responsable de groupe

● Paris/Ile de France

Lors de la réunion du 19 juin 2011 du groupe Paris/Ile de France, le Docteur Marie-Christine Pillon est intervenue sur le thème de **l'alliance entre les familles et les soignants des malades psychiques**.

Après un tour d'horizon des situations particulières des 22 participants qu'elle a écoutés avec beaucoup d'attention, elle a expliqué très simplement quelle place ont les soignants et a répondu ensuite aux questions diverses de l'auditoire.

Vous trouverez le compte-rendu de cette réunion sur le site internet de *Relais*.

● Réunion du groupe "Aumônerie en santé mentale" (7 avril 2011)

Le groupe " Aumônerie en santé mentale " rassemble tous ceux que la maladie mentale et la souffrance psychique préoccupent du fait de leur profession ou de leur engagement : aumôneries, espaces d'accueil et d'écoute, ...

Pendant l'année scolaire, le groupe se rencontre un jeudi par mois pour une formation.

Traditionnellement, le matin est consacré à la présentation d'une situation vécue par un des mouvements présents, suivie d'un débat et d'un éclairage apporté par un psychothérapeute, et l'après-midi est l'occasion de présenter une association ou une initiative en faveur des personnes touchées par la maladie psychique ou, de façon plus générale, par l'exclusion.

Jeudi 7 Avril, c'était au tour du service " Accueil - Écoute " de l'OCH, l'Office chrétien des personnes handicapées, d'exposer une situation, et l'équipe avait souhaité présenter une situation concernant à la fois une personne souffrant d'une maladie psychique et un proche parent.

C'est dans ce cadre que, tout naturellement, l'équipe OCH avait invité l'après-midi **Jean-Claude LECLERCQ pour présenter " Relais Lumière Espérance " .**

Par la profondeur, l'humilité et la dimension spirituelle de son intervention, Jean-Claude a rejoint et passionné l'ensemble des participants dont beaucoup, proches de personnes touchées par la maladie psychique, ont demandé des précisions sur le mouvement " *Relais* Lumière Espérance " et sur son organisation.

>> Nouvelles et annonces

● Journée des mamans :

Le 12 mai 2011, l'OCH a organisé la première journée des mamans concernées par le handicap ou la maladie. Autour de Sophie Lutz et Anne Debargue qui ont donné leur témoignage, un certain nombre de mamans d'une personne malade psychique ont pu se retrouver pour partager, se rencontrer, déposer les réalités du quotidien, et réfléchir ensemble sur un thème choisi.

La prochaine journée aura lieu le 22 mars 2012, à Lyon, Marseille, Paris et Vannes. Pour plus d'informations, contacter l'OCH au 01 53 69 44 30.

● A lire dans " Ombres et Lumière "



N° 182 de juillet-août 2011

* **La maladie psychique au quotidien:** les points de vue de *Patrice Van Amerongen, psychiatre, et d'Agnès Auschitzka, journaliste*

* **Méditation : Maladie psychique d'un proche : Se relever dans la tourmente?** par *Monique Durand-Wood, ancien aumônier d'hôpital psychiatrique et théologienne* (p.22-24 et 26)

***Témoignage : La nuit du poète,** par *Arnaud Landreau, atteint de maladie bipolaire* (p.25)

N° 183 de septembre-octobre 2011

* **La maladie psychique au quotidien:** les points de vue de *Patrice Van Amerongen, et d'Agnès Auschitzka*

***Témoignage : Emmanuel est un problème pour ses grands-parents** par *Céline, maman d'un enfant autiste* (p.22-23)

Dans le dossier : En famille

***Maladie psychique : Le sacrement de réconciliation est là pour nous relever,** par *Frère Bruno, aumônier en hôpital psychiatrique* (p.40-41)

* **La confession me console quand la maladie me fait chuter** par *Patrice* (p.41)

● Nous avons vu... et lu

"Le jour où ma tête est tombée dans un trou", de *Caroline Valentiny* (Editions Desclée de Brouwer)

Lors d'une émission du " Magazine de la santé " de Michel Cymes sur la 5, il y avait sur le plateau une jeune femme qui témoignait de son parcours à travers les méandres de la maladie psychique [il s'agissait d'une grave anorexie]. J'ai été frappé par son ton posé et son calme, loin de l'image habituelle que l'on peut avoir de personnes perturbées même quand elles sont " stabilisées ". Elle parlait de son expérience qu'elle avait relatée dans un livre, et comment après avoir progressivement basculé dans la " folie ", elle est revenue libérée à l'issue de 17 ans de souffrance et de lutte. Ce livre se lit d'une seule traite, admirablement écrit, facile à lire (160 pages à la typographie aérée). Il dit comment un accompagnement attentif et totalement personnalisé a réussi à la faire sortir du gouffre. Il est question aussi de la présence discrète et constante de sa mère dont le témoignage émaille le récit comme une voix " off ". C'est elle qui a su emmener sa fille au Canada d'où elle reviendra guérie.

Ce témoignage sur l'enfer intérieur de nos proches malades, leur désespoir parfois au cours des hospitalisations, tout ce qu'un malade psychique peut ressentir, est magnifiquement décrit. Dans les premiers chapitres elle décrit ces étranges pensées qui l'assaillaient et comment progressivement elle se sent basculer dans la folie. C'est un témoignage rare que celui d'une personne malade qui sait parler de sa souffrance. Sauf au début où l'on comprend bien que cette jeune fille vivait dans un environnement chrétien, il n'y a pas un mot parlant d'espérance au sens où nous en parlons dans nos groupes *Relais*, mais en réalité l'espérance est là tellement présente ! Bien sûr cette lecture ne nous donne pas LA recette pour sortir de la maladie, mais elle amène à réfléchir sur beaucoup de choses qui inmanquablement ont traversé notre existence. Elle ne peut pas nous laisser indifférent.

A lire absolument !

G.L.C.

Autre commentaire (trouvé sur internet) : L'auteur nous emmène dans un tunnel de plus en plus noir, qui, après plusieurs années de souffrance, débouche sur la lumière. L'anorexie et l'automutilation font peur, mais après avoir lu ce livre, on peut mieux percevoir la lutte interne d'un être pour retrouver

la soif de vivre. Caroline Valentiny sait dire les ressentis, les souffrances et les espoirs dans ce livre captivant. Une sorte de parcours initiatique où l'amour de l'entourage est en filigrane d'une renaissance choisie. Quiconque est confronté des près ou de loin avec l'anorexie devrait lire " Le jour où ma tête est tombée dans un trou ".

● Conférences-rencontres de l'OCH en 2011/2012

Six d'entre elles nous concernent plus particulièrement :

- **Samedi 19 novembre 2011 à Paris** - 4^e journée des **GRANDS-PARENTS** d'une personne malade psychique ou handicapée

- **Samedi 14 et dimanche 15 janvier 2012 à Trosly-Breuil** - 6^e week-end des **PÈRES** d'une personne malade psychique ou handicapée

- **Dimanche 5 février 2012 à Paris, Bordeaux et Strasbourg** - 17^e journée des **FRÈRES ET SŒURS** d'une personne malade psychique ou handicapée

- **Jeudi 22 mars 2012 à Paris, Lyon, Marseille et Vannes** - 2^e journée des **MAMANS** ayant un enfant malade psychique ou handicapé

- **Samedi 31 mars et dimanche 1er avril 2012 à Paris**, - 3^e week-end **COUPLE** parent d'une personne malade psychique ou handicapée

- **Samedi 9 et dimanche 10 juin 2012 à Trosly-Breuil** - 4^e week-end "**MON PÈRE, MA MÈRE** est malade ou handicapé "

Renseignements :

OCH-Service communication
Tel. 01 53 69 44 30
ou www.och.asso.fr

Pèlerinage de Relais à Lourdes en mai 2012

" Accueillir l'espérance "

C'est le thème de réflexion et de prière qui a été choisi pour le pèlerinage à Lourdes de *Relais* Lumière Espérance en mai prochain. Ce thème est également proposé à tous les groupes *Relais* pour, s'ils le souhaitent, alimenter leur réflexion au cours de l'année qui commence. Un carnet de route incluant cinq étapes vers Lourdes a ainsi été rédigé par le Père Michel Rinneteau. Après édition au cours de l'été, il vient d'être mis à disposition de tous les groupes.

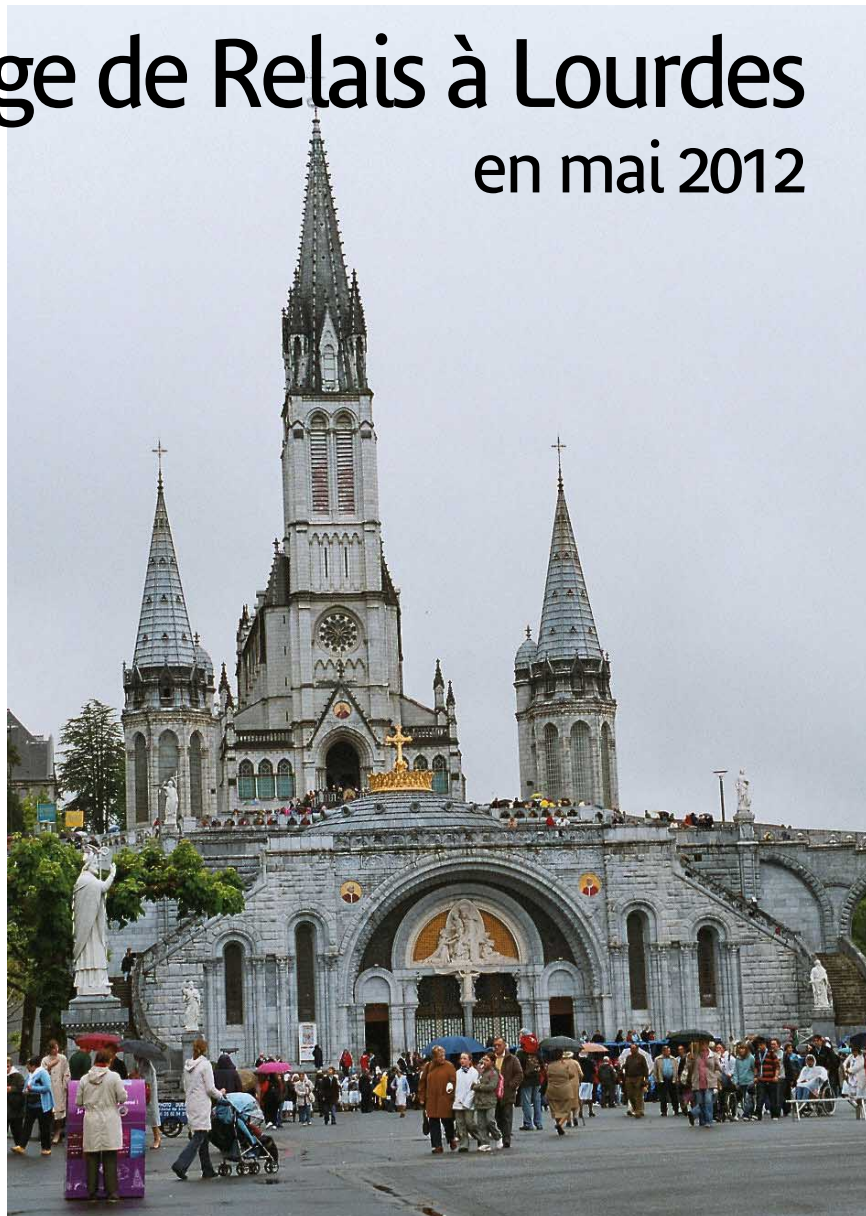
Qui est attendu ?

Evidemment les membres de tous les groupes *Relais*. Mais aussi bien sûr, tous ceux qui, adhérents ou non à l'Association, constituent l'entourage familial ou éventuellement amical d'une (ou plusieurs) personnes souffrant de grandes difficultés psychiques. Ces personnes elles-mêmes ne sont pas invitées ; certains membres de *Relais* peuvent de ce fait, rencontrer une difficulté majeure pour se libérer et se rendre à Lourdes ; qu'elles n'hésitent pas à en parler autour d'elles ou à laisser un message au secrétariat de *Relais* ; quelques pistes de solutions pourront peut-être leur être proposées.

Pourquoi aller à Lourdes ?

Les motivations sont nombreuses et chacun trouvera les siennes. La question " pourquoi y aller " a été posée aux membres d'un groupe *Relais* dont voici quelques réponses :

- Lourdes est un des hauts lieux de l'Espérance
- Lourdes : un endroit où pensées et prières vont toutes vers les malades
- Lourdes : un lieu où reprendre des forces, ensemble
- Elargir notre horizon à d'autres familles partageant la même souffrance
- Témoigner de l'espérance qui " malgré tout " est en nous
- Confirmer que les membres de *Relais*, vivant la même souffrance, forment vraiment une " famille " quel que soit leur groupe d'appartenance
- Une occasion de vivre la fraternité dans l'Espérance



- Une occasion de faire découvrir à d'autres pèlerins, prêtres et laïcs présents à Lourdes, ce que sont les graves troubles psychiques de nos proches.

Un travail d'équipe. En vue d'assurer la préparation puis l'animation du pèlerinage, le Conseil d'Administration a souhaité que se constitue autour du Président Jean Claude Leclercq, une équipe de 6 personnes. Elles se sont mises au travail depuis le mois de février. Elles s'efforceront de trouver de l'aide auprès des groupes *Relais* de différentes régions afin de faire de ces quatre journées une rencontre vraiment nationale.

L'équipe bénéficie largement de l'expérience acquise lors du précédent pèlerinage. A partir du programme de 2007

et du bilan très positif établi à l'époque, elle apportera quelques modifications mais la prière, les échanges entre pèlerins, l'enseignement des conseillers spirituels, formeront toujours l'ossature principale des quatre journées passées ensemble à Lourdes. L'Assemblée générale de *Relais* aura lieu pendant le pèlerinage.

Une attention particulière sera apportée dans la programmation des activités et l'organisation des lieux pour :

- établir un rythme laissant à chacun des temps de repos, de méditation et de partage
- profiter de la disponibilité de nombreux conseillers spirituels pour offrir à chaque pèlerin une occasion de dialogue approfondi

Quelques informations pratiques

Les inscriptions ne sont pas encore ouvertes mais vos agendas devraient l'être dès maintenant. Le pèlerinage se déroule

**du mercredi 9 mai dans l'après-midi
au dimanche 13 mai à 14 h 00**

Le prix du pèlerinage est fixé à 220 Euros. Ce prix comprend :

- Le séjour en pension complète à la Cité Saint Pierre du dîner du mercredi au déjeuner du dimanche compris.

- Les transferts entre la gare et la Cité Saint Pierre ainsi que les transports entre la Cité Saint Pierre et le Sanctuaire

- Les livrets du Pèlerinage et les frais d'organisation

Le transport jusqu'à Lourdes n'est pas inclus. Les pèlerins devront s'organiser individuellement ou se regrouper pour voyager ensemble.

Une fiche de préinscription est incluse dans ce numéro du Lien. Si vous envisagez sérieusement de faire partie des pèlerins de Relais en mai 2012, retournez rapidement la fiche remplie au secrétariat de Relais ; vous faciliterez ainsi le travail des organisateurs.

Relais Lumière Espérance

"une lumière dans la nuit"

- **Association** au service des familles et amis de personnes atteintes de troubles ou de maladie psychiques. Fondée en 1982, avec le soutien de l'OCH et du Secours Catholique.

But : soutenir ceux et celles qui sont éprouvés par la relation familiale avec une personne malade psychique et les aider à découvrir les signes d'Espérance dans leur vie.

RESPONSABLES

Président : Jean-Claude Leclercq
Secrétaire nationale : Christine des Portes
Courriel : contact@relaislumiereesperance.fr

Egalement membres du bureau et du Conseil d'administration :
Philippe de Lachapelle, vice-président
Olivier Balsan, vice-président
Joseph Gressin, vice-président
Jean-Michel Grzeczakowicz, trésorier

CONTACT

90, avenue de Suffren
75015 PARIS
Tél : 01 44 49 07 17 (répondeur)
Courriel : contact@relaislumiereesperance.fr
www.relaislumiereesperance.fr

Les groupes Relais Lumière Espérance

ILE DE FRANCE

- **BOUCLE DE LA SEINE / YVELINES**
Claire Bielak
Contact : Joseph Gressin
Tél. 01 39 13 63 97
- **GROUPE DES DEUX RIVES**
Courbevoie/Levallois/Neuilly
Béatrice Balsan
Tél. 01 47 45 37 12
- **HAUTS DE SEINE**
Brigitte Descourtieux
Tél. 01 47 51 78 74
- **MELUN/SEINE-ET-MARNE**
Hubert et Brigitte Peigné
Tél. 01 64 71 09 35
- **PARIS/ILE DE FRANCE**
Philippe Lefèvre
Tél. 01 47 47 25 24
06 13 73 29 93
- **PONTOISE / VAL D'OISE**
Jean et Suzanne Gillet
Tél. 01 30 35 49 16
- **ST QUENTIN EN YVELINES**
Jean-Claude Leclercq
Tél. 01 39 53 60 88
- **VAL DE MARNE**
Béatrice Mottin
Tél. 01 42 07 23 98
- **VERSAILLES**
Annik Leclercq
Tél. 01 39 53 60 88

NORD-PICARDIE

- **LILLE**
Michèle Hétru Van Engelandt
Tél. 03 20 92 81 21 après 19h
- **CLERMONT DE L'OISE / OISE**
Monique Bantégny
Tél. 03 44 21 45 00

EST

- **EPINAL**
Jean-Marie Thomas
Tél. 03 29 35 67 47
- **NANCY**
Alice Noël
Tél. 03 83 21 44 66

MIDI-PROVENCE

- **AIX EN PROVENCE**
Anne et Maurice Litaudon
Tél. 04 42 23 10 36
- **MARSEILLE**
Hélène Poitevin
Tél. 04 91 90 35 53
- **MONTPELLIER**
Dominique-Anne Vandesande
Tél. 04 67 50 54 32
- **TOULON**
Ghislaine Lambert
Tél. 04 94 30 03 12

CENTRE

- **BOURGES**
Thérèse Vidal
Tél. 02 48 65 81 38
- **MOULINS-SUR-ALLIER**
Bettina Vernier
Tél. 04 70 44 81 93
- **TOURS**
Françoise Terracher
Tél. 02 47 20 56 51

LYON / SAVOIE

- **GRENOBLE**
Bernadette Métral
Tél. 06 66 09 63 43
- **LYON**
Marie-Paule Voorhoeve
Tél. 04 78 57 65 68

OUEST

- **ALENÇON**
Anne-Marie Chuquard
Tél. 02 33 29 29 10
- **ANGERS**
Geneviève d'Anthenaise
Tél. 02 41 59 98 82
- **BAGNOLES DE L'ORNE**
Marie-Noëlle Crué
Tél. 02 33 30 87 02
- **CAEN**
Marc Gavard
Tél. 02 31 97 08 88
- **LAVAL**
Julien et Jacqueline Arcanger
Tél. 02 43 05 73 16
- **NANTES**
Anne Garnier
Tél. 02 40 47 50 60
- **RENNES**
Françoise Baudouin
Tél. 02 99 36 46 23
- **SAINT BRIEUC**
Marie Duault
Tél. 02 96 61 64 13
- **VANNES**
Maurice Brulé
Tél. 02 97 60 21 00

SUD-OUEST

- **BORDEAUX**
Alette Lescure
Tél. 05 56 08 84 51
- **LIBOURNE**
Odée Delsart
Tél. 05 57 84 40 53
- **LIMOGES**
Guillaume Lamy de La Chapelle
Tél. 05 55 35 32 58
- **TOULOUSE**
Antoinette Pouzenc
Tél. 05 61 49 32 81