# le lien de Relais Lumière Espérance

Lettre d'information de l'association
aux membres et aux amis
N° **27** - 1er semestre 2013

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


## Sommaire


- **Editorial**
  **Tu aurais dû me préserver...**
  Jean-Claude Leclercq
- **Prière**
  Vœux pour l'année 2013
- **Si... Alors, nous ne sommes pas seuls**
  Mgr Thomas
- **Quand nos proches nous rendent responsables...**
  Monique Durand-Wood
- **Témoignages**
  une épouse, une maman
- **Méditation : Délivre-nous du mal**
  Jean-Michel Audureau
- **A propos du film "Les voix de ma sœur"**
  Paulette Philippin
- **Nous avons lu**
- **Nouvelles et annonces**


## Editorial

### "Tu aurais dû me préserver de ce désordre qui est dans ma tête"...

*« Toi qui m'es si proche, tu aurais dû me communiquer ta force, ton équilibre, tu aurais dû t'occuper de moi autrement, tu n'aurais pas dû m'envoyer à l'hôpital ! Ainsi, tu es responsable de ce désordre qui est dans ma tête ».* Ces paroles que la plupart d'entre nous, conjoint, père, mère, ont entendu, sont difficiles à recevoir, car ce proche que j'aime, je le soutiens envers et contre tout. Il m'a amené à accomplir des actes très douloureux comme de signer une Hospitalisation à la demande d'un tiers (HDT) ou demander une mise sous curatelle. Il bouscule mon existence, et voilà que c'est moi qu'il accuse de tous ces maux.

En parcourant ce bulletin, nous sommes invités à nous poser la question de savoir si ces accusations de nos proches ont de l'utilité pour eux, si elles peuvent être fécondes pour notre amour, si elles peuvent enrichir notre foi, si elles peuvent nous rapprocher du Christ. Devons-nous les rejeter en bloc pour nous protéger ou les écouter comme un message, mais un message de qui ? Peut-être dans certains passages de l'Evangile trouverons-nous les paroles et les comportements de Jésus qui nous aideront à trouver la lumière? Monique Durand-Wood, une mère et un conjoint qui témoignent ici, nous donneront des pistes.

**Jean-Claude Leclerc**
Président de Relais

## Prière

### Vœux pour l'année 2013

**Je te souhaite**

Non pas de réussir dans toutes tes entreprises,
Mais de recevoir et d'accueillir dans ton cœur
et dans ta vie,
Jour après jour et pas à pas,
L'amour de Dieu qui donne sens à l'existence

Je te souhaite, non pas de ne subir aucun échec,
Mais d'accueillir comme un don immérité
La force qui permet de tenir debout malgré les
lourds fardeaux

Je te souhaite, non des jours paisibles,
Mais la capacité de te laisser déranger par les autres,
D'accueillir celui qui est différent comme un
envoyé de Dieu
Je te souhaite, non d'avoir réponse à toutes
les questions,

Mais de savoir recevoir les interrogations des autres
De porter en toi leurs peines, leurs soucis, leurs
conflits irrésolus,
Pour être auprès d'eux une sœur, un frère solidaire
Porteur de partage et de paix.


**Responsable de la publication :** Jean-Claude Leclercq, **Equipe de rédaction :** Claudine Boucheron, Daniel Mazenod.
**Adresse du secrétariat :** 90, Avenue de Suffren 75015 PARIS Tél. 01 44 49 07 17 (répondeur)

*La solitude est rarement un choix, elle est souvent subie, mais Monseigneur Thomas nous encourage à aller vers les autres pour la briser.*

# Si...
# Alors, nous ne sommes pas seuls

Si vous êtes mariés, si vous avez l'habitude d'échanger avec confiance, à propos de votre relation conjugale, de vos enfants, ou du reste de la famille, et, bien entendu, de vos pensées les plus personnelles, alors vous n'êtes pas seuls. Lorsque des questions difficiles se posent à vous, quand des événements vous éprouvent, vous avez certainement une personne proche à qui parler : conjoint, fils ou fille, membre de la famille. Ayez le réflexe de vous exprimer, en choisissant un moment favorable pour entamer un dialogue paisible.

Mais si votre conjoint souffre de troubles psychiques ne lui permettant pas de dialoguer en confiance, alors vous ressentez probablement une grande solitude. Pouvez-vous en parler en vraie liberté avec l'un ou l'autre de vos enfants ? Faites-le, surtout si vous savez que votre fils ou votre fille a pris conscience de votre situation et qu'il n'interprétera pas l'expression de ce que vous ressentez comme une accusation portée contre votre conjoint, qui est aussi son père ou sa mère.

Si vous n'avez jamais eu l'habitude de parler en couple de vos pensées profondes, si depuis longtemps vous évitez d'aborder tous les sujets qui fâchent ou sur lesquels vos idées divergent, alors vous êtes condamnés à la solitude. Mais, ne perdez pas espoir. Qui sait si votre souffrance ne va pas se transformer en occasion providentielle de recommencer ou de commencer à dialoguer ? L'expression de votre solitude intérieure peut renouer le fil d'une compréhension pleine d'affection et vous commencerez à croire que vous n'êtes pas seuls.

Si vous avez toujours entretenu des relations avec des amis véritables, vous téléphonant ou vous écrivant assez régulièrement, vous n'êtes certainement pas seuls. Si vous participez à des rencontres de groupes Relais, à des associations, mouvements ou activités sociales, caritatives, religieuses, alors vous n'êtes pas seuls. Il y a certainement une ou plusieurs personnes avec qui vous pouvez vous ouvrir en confiance sur les problèmes dont vous n'entrevoyez pas la solution, sur des actions que vous sentez nécessaires mais que vous n'avez pas la force d'entreprendre.

Mais si vous avez toujours fui la participation à des rencontres, associations ou activités, si vous avez refusé de rester en relation avec des personnes amies, si vous avez rompu avec des proches, des voisins, des gens de votre profession ou de votre famille, si vous vous êtes fâchés avec tout le monde, alors vous êtes déjà péniblement seuls et solitaires. Le jour où vous buterez sur une épreuve, une maladie, une question difficile, vous prendrez conscience d'avoir créé le vide autour de vous, de vous être installés dans un désert de communication. Il vous faudra en prendre conscience et commencer à tisser une ou plusieurs relations sous peine de crever de solitude ou de vous aigrir en accusant les autres de ne pas faire attention à vous, de ne pas vous comprendre, de ne pas vous aimer. Revenez vers les autres : sortez de votre enfermement suicidaire. N'écoutez pas les voix intérieures qui vous trompent en accusant les autres d'être les seuls responsables de vos malheurs. Ayez l'honnêteté de penser que vous portez votre part de responsabilité.

Si vous êtes croyants ou chrétiens, si vous avez l'habitude de prier, de penser que vous êtes en présence de

Dieu, de le remercier spontanément pour ce qui vous arrive de bon, de crier vers lui tout aussi spontanément quand les choses vont mal, alors vous n'êtes pas seuls. Vous croyez qu'il y a quelqu'un qui s'intéresse à vous, qui vous veut du bien, et que vous pouvez appeler « notre Père ». Et si vous lui dites « notre » Père, et non pas seulement « mon » père à moi seul, vous ne pouvez pas ignorer que d'autres s'adressent à Lui de la même façon, et qu'ils partagent la même relation avec Lui. Alors vous n'êtes pas seuls : Il vous est proche, d'autres, avec vous, sont proches de lui et donc proches de vous. Vous pouvez les rejoindre pour dire avec eux « Notre Père ». Alors vous entrez en communion avec beaucoup.

Mais si vous vous dites croyants sans jamais penser que Dieu s'intéresse à vous, désire votre bonheur, alors vous ressentez une grande distance entre ce Dieu et vous. Il habite dans son ciel et vous vivez sur terre. La communication n'existe pas entre vous et lui. Il est le Grand Solitaire et vous êtes seuls. Vos cris ne parviennent pas jusqu'à lui. Vous ne pouvez pas compter sur lui aux heures de solitude.

Pour sa part, Jésus de Nazareth a traversé des heures lourdes de solitude sans pour autant se sentir seul. Au jardin des Oliviers, ses trois disciples les plus proches dorment : il doit les réveiller à plusieurs reprises. Mais il demeure en relation avec son Père. Sur la croix, sa mère est proche ainsi que plusieurs autres femmes et le disciple qu'il aimait : il s'entretient avec elles et parle à Son Père. Conscient de devoir affronter cet abandon de la part de ses proches il avait dit : «Voici venir l'heure – et elle est venue – où vous serez dispersés chacun de votre côté et me laisserez seul. Mais je ne suis pas seul : le Père est avec moi » (Jean 16, 32).

A ses plus farouches opposants, Jésus a confié le secret de sa communion permanente avec le Père : « s'il m'arrive de juger, moi, mon jugement est selon la vérité, parce que je ne suis pas seul ; mais il y a moi et celui qui m'a envoyé »… « et celui qui m'a envoyé est avec moi ; il ne m'a pas laissé seul, parce que je fais toujours ce qui lui plaît » (Jean 8, 16 et 29). Les évangélistes témoignent que Jésus prenait régulièrement des moments de conversation avec son Père, seul, notamment aux heures de décisions importantes, au désert avant de commencer son ministère public, choix des Douze, après la multiplication des pains.

Nous pouvons l'imiter, en priant dans le silence de notre maison, en lisant régulièrement des passages d'évangile pour mieux connaître et accueillir les propositions de Dieu, en prenant conscience de sa présence et des signes qu'il nous donne dans les événements du monde et dans la grandeur de l'univers. Alors, comme Jésus, nous ne serons jamais seuls.

Gilbert Bécaud chantait en boucle : « la solitude, ça n'existe pas ». Comme pour mieux exorciser nos solitudes qui peuvent bel et bien exister. Mais il y a toujours une décision possible pour vaincre la solitude.

**Jean Charles Thomas**
*Conseiller spirituel national de RELAIS*

**Groupe régional et groupes locaux : la complémentarité**

La feuille de route de Relais, déjà en 2009, préconisait la création de structures régionales, en complément des autres groupes d'une région. Les objectifs étaient notamment d'aider à la création de nouveaux groupes, et d'apporter une aide aux responsables de groupes locaux. Un groupe régional coexiste depuis plusieurs années en **Ile de France** avec une **dizaine de groupes locaux** qui, environ une fois par mois et pour quelques heures, réunissent en moyenne une dizaine de personnes qui se connaissent bien, se soutiennent...Le **groupe régiona**l rassemble quatre fois par an, toute une journée, une soixantaine personnes. Le matin, il y a d'abord la méditation puis les groupes de partage. L'après-midi un témoin vient faire part de l'expérience qu'il a acquise auprès de malades psychiques. Si l'échelon local crée une certaine intimité entre les participants, l'échelon régional est un moyen de s'ouvrir à d'autres façons de voir nos problèmes et ceux de notre proche malade. Pour ceux qui le peuvent, il est intéressant de participer aux deux types de réunion. Pour les autres, à titre d'exemple, le groupe des Deux rives (dans les Hauts de Seine) réfléchit à définir comment méditer le texte de la réunion régionale et écouter la méditation de son conseiller spirituel. Un groupe régional vient de se créer **à Bordeaux** : il sera intéressant de suivre l'expérience de ce groupe, qui se trouve dans un contexte géographique très différent. **La composition et le fonctionnement des groupes locaux et régionaux peuvent varier, mais il est important de les organiser de façon complémentaire, afin d'en faire une source d'enrichissement réciproque.**

# "Nous sommes souvent pris comme boucs émissaires par nos malades psychiques : quel sens pouvons-nous y trouver ? "

*Tel était le thème de l'exposé fait par Monique Durand-Wood, ancien aumônier en établissement psychiatrique et théologienne, lors d'une réunion du groupe Relais des Hauts de Seine.*

Vous en trouverez ci-après d'importants extraits, avec quelques phrases de résumé ou de présentation *(en italiques)*. L'exposé complet est disponible sur le site internet de Relais, ou peut être demandé par tel. au 01 44 49 07 17.

*Monique Durand-Wood commence par expliquer que l'expression "Bouc émissaire" renvoie à des comportements universels d'abord dans l'aspect collectif. Cela peut être un groupe de personnes, une idée ou un "objet" abstrait qui est désigné comme trop différent des autres.*

... Cette « différence » justifie qu'on lui fasse endosser ce qui serait trop lourd à porter pour le groupe, trop étouffant. En particulier la responsabilité des malheurs collectifs.

*Cela peut être également un individu et dans ce cas-là :*

...d'abord différencier l'autre – tu n'es plus mon père ou ma mère, tu es le diable, ou tu es une sorcière, – pour lui faire porter le malheur qui m'accable ...

Mais le fait de désigner un « bouc émissaire », de façon générale, c'est aussi une conduite primaire, non responsable, capable au niveau des nations d'entraîner des dérives terribles. L'histoire en a donné des illustrations. Ce n'est donc pas à encourager. Pour nous, proches, cela dit, pour savoir comment réagir au mieux quand nous sommes pris comme boucs émissaires par nos malades, il est bon d'essayer de comprendre le processus qui se met en place...

## Origine biblique

*L'origine de l'expression "bouc émissaire " vient de l'ancien testament :*

Le « bouc émissaire » se réfère à la cérémonie juive de l'Expiation, au cours de laquelle un bouc était symboliquement chargé de toutes les fautes et de tous les malheurs d'Israël.

*Dans le nouveau testament, le sacrifice de Jésus comporte une différence essentielle :*

Jésus, « agneau de Dieu qui porte le péché du monde », est en même temps complètement innocent, « sans péché », et consentant pour l'expiation. Il s'offre, et cette offrande qui nous libère, qui nous délivre de nos propres fautes, fait partie de sa mission. En outre, ce « sacrifice d'expiation » est réalisé « une fois pour toutes », il n'y aura pas à y revenir, et cela pour l'ensemble de l'humanité.

## Approche sociologique

Des « boucs émissaires » seront désignés à toutes les époques et sous tous les cieux, dès qu'apparaîtra un problème collectif de grande ampleur, tout phénomène que l'on ne parvient pas à expliquer et qui renvoie à une culpabilité ou à une malédiction.

Qu'avons-nous fait pour recevoir cette malédiction ? Nous ne voyons pas, ou nous ne voulons pas voir. C'est donc la faute d'un autre, d'autres. Cet autre désigné comme fautif sera souvent un individu accessible à la souffrance, sensible. Cette désignation d'un « bouc émissaire » permet à une société (ou à un proche malade) de « se laver de toutes ses fautes », et ainsi de se purifier et de se sentir plus fort ». Faire endosser la faute à quelqu'un d'autre permet selon eux « d'éviter les bonnes questions que l'on doit se poser à soi-même et la recherche des responsabilités ». Ceci est plutôt l'approche générale. Entre une personne malade psychique et un proche, un parent, d'autres éléments entrent en jeu.

## Approche philosophique de René Girard

Pour René Girard, à la base des relations entre proches il y a toujours rivalité. Que l'on se rappelle l'histoire des deux premiers frères, Caïn et Abel.. Cette rivalité s'exprime par l'envie, la jalousie, et les sentiments d'infériorité de l'un par rapport à l'autre. Caïn éprouve des sentiments d'infériorité par rapport à Abel, et ses frustrations entraînent sa violence. On voit cela aussi dans certains contes, dans Cendrillon notamment : les deux sœurs aînées jalousent la cadette.

Certes, ces histoires de « boucs émissaires » nous choquent ; à juste titre. Nous en ressentons le caractère injuste. La fonction ancienne du « bouc émissaire », malgré son aspect révoltant, avait toutefois des aspects positifs. Nous pourrons retrouver ces aspects plus favorables dans le comportement de nos proches malades.

René Girard souligne ces aspects positifs. Il montre comment la désignation du bouc émissaire et son éloignement permettent d'apaiser symboliquement les pulsions agressives – et ainsi de se préserver soi-même et de préserver la collectivité. Le « bouc émissaire » sert ainsi d'exutoire. Ainsi, avec la fonction de « bouc émissaire » érigée en rite, on avait, toujours selon René Girard un mécanisme régulateur de violence.

Le problème, même sous ce jour plus positif, c'est que ce mécanisme est temporaire. La paix du groupe, obtenue par le sacrifice du « coupable » désigné, reste éphémère.

Seul Jésus, en s'offrant lui-même, a donné à ce type de sacrifice un caractère définitif.

## Approche psychosociale, théorie de Dollard

Le psychosociologue Dollard part des sentiments à l'intérieur d'un groupe.

Le groupe, bien qu'il semble former, extérieurement, une unité (équipe de foot, classe de 6ème d'un collège...), est composé d'individus différents, ce qui crée des tensions en lui-même. Afin de supprimer ces tensions porteuses de violence, le groupe va désigner une personne pour servir de « bouc émissaire ». Ainsi, les autres membres du groupe, même s'ils étaient rivaux entre eux, pourront à nouveau s'unir ou se réunir en expulsant l'un de leurs membres (ou en le traitant en souffre-douleur).

J'ai trouvé cette approche intéressante car la personne malade psychique, même si elle est un individu et non un groupe, a souvent le sentiment d'être habitée par plusieurs personnalités. La vie psychique d'un malade schizophrène, par exemple, peut devenir tellement chaotique que les tensions intérieures sont très fortes, voire ingérables. L'unité de la personne, dans la schizophrénie, est très difficile à réaliser. On peut se demander alors si la désignation d'un « bouc émissaire », pour le schizophrène, (comme pour le groupe composé d'éléments hétérogènes), ne marque l'espoir de retrouver une unité intérieure.

Autre aspect développé par ce psychosociologue : le détournement de l'agressivité non pas vers un vrai coupable, mais vers une personne plus sensible à l'attaque, plus accessible à la culpabilité, comme je le disais. Quelqu'un qui n'osera pas se défendre, mon père, ma mère...

## Approche individuelle – malade psychique et proche

**Pourquoi devient-on bouc émissaire ?**

Généralement, parce qu'on est différent. Dans le cas plus précis d'un malade psychique et d'un proche, on est à la fois différent – ne serait-ce qu'en étant en relative bonne santé – et proche, trop proche, pas assez différent : puisque tu es si proche, semble dire le malade qui vous accuse, tu aurais dû me préserver de ce désordre qui est dans ma tête. Tu aurais dû me communiquer ta force, ton équilibre. Tu ne l'as pas fait, c'est donc que ces forces du mal sont en toi... Et il vous traite de « Satan », de « sorcière », de « diable », de démon »... C'est vous qui incarnez le mal.

Au moins, ce mal est-il alors à l'extérieur de lui-même, et vous tombez bien, vous qui êtes là, proche, tout proche, et vulnérable parce que aimant. Votre amour vous rend vulnérable. Comme disponible pour endosser les causes du mal ou de la maladie.

**Comment on est désigné comme bouc émissaire**

Pour masquer les vraies causes du mal, mais surtout cette culpabilité qui monte chez la personne malade psychique face au désordre psychique qui l'assiège. Il existe une culpabilité très forte, par rapport à la maladie psychique : « C'est parce que j'ai péché que je suis là ? Or le choix par le malade d'un bouc émissaire, un proche qui plus est, un parent, évite à la personne malade de sombrer dans cette culpabilité. Cela le rassure aussi et ce point est important : le malade, désormais, a une explication à ses difficultés.

**« Bouc émissaire » : comment réagir ?**

Il est certainement utile, pour la suite de la relation le malade, de ne pas se poser en victime outragée. Justement, parce que notre faiblesse rassure le malade, il est bon de ne pas vouloir se montrer invincible, inaccessible, irréprochable.

Et en même temps, il n'est pas acceptable, même si l'on se sent coupable, de se laisser désigner comme tel. On sent bien qu'il y a là une injustice.

Voilà une conduite difficile à tenir : rester ferme devant l'accusateur, et en même temps abordable et à l'écoute de ce qu'il dit.

**Ce qui peut aider**

Une première chose : tâcher de comprendre ce phénomène archaïque et universel du « bouc émissaire » et comment mon proche s'en est emparé.

Comprendre cette nécessité qu'il a d'attribuer son mal (son chaos) à une cause extérieure.

Mais nous sommes particulièrement aidés, comme chrétiens, avec des références solides.

Et Jésus prenait au sérieux ces présences ressenties comme intruses par les malades, et qui faisaient que le malade ne s'identifiait pas à sa maladie.

Il apostrophait ainsi le « démon » : « Va-t-en ! Sors d'ici ! »

Ainsi, je le crois, un malade qui vous traite de sorcière ou de diable évite de la sorte de s'identifier à sa maladie... C'est déjà un point positif. Entendre, donc, qu'il s'agit là provisoirement pour le malade d'un mécanisme de défense.

Ce qui peut aider la relation future, c'est de rester ferme. Ne pas s'effondrer.

Surtout, de ne pas se montrer ou se croire victime. On n'en sortirait plus. Ni lui ni moi.

Compatir, certes, mais humainement et sans complaisance.

**Quel sens trouver à cette conduite, pour le proche, pour soi-même**

Le sens, pour des chrétiens, c'est la parole de Jésus et son comportement qui le donnent. **Jésus est « le bouc émissaire » par excellence**. Il accepte ce « rôle », ou plutôt cette mission, parce qu'il est nécessaire de délivrer l'humanité de sa culpabilité afin qu'elle puisse entamer un nouveau chemin.

Certes, il reste du travail à faire pour que la culpabilité ne nous paralyse plus.

Jésus-Christ, par son « sacrifice », nous entraîne sur un chemin qui mène au-delà des blessures de l'amour. Il nous conduit vers un Amour plus grand qui enveloppe toute l'humanité.

**Méditer l'attitude de Jésus, non pas pour l'imiter : nous n'avons pas à nous offrir en sacrifice, cela n'aurait pas le même sens. Mais pour le sentir proche de chacun de nous, malade et parent, en cette épreuve de la vindicte qu'il a vécue de façon radicale. Il n'avait pas le désir d'être une victime, au contraire, mais la volonté de nous emmener au-delà de l'épreuve. Vers la Vie !**

**Monique Durand-Wood**

**Deux personnes qui jouent ce rôle de bouc a dû protéger, et une maman qui transcende**

**Une épouse *:***
***Comment je me suis laissée devenir son "Bouc Émissaire"***

Je vais essayer de puiser au fond de mon histoire le cheminement concret de cette prise de conscience, de cette acceptation, et le chemin humain intellectuel, spirituel qui en a suivi vers une acceptation.

Je suis issue d'une famille rurale de 7 enfants, dont la plus jeune est trisomique. Ma jeunesse a été marquée par un fort engagement dans la foi et l'Église.

Mariée depuis bientôt 40 ans à Jérémie, nous avons 3 enfants, maintenant hors foyer. Les difficultés ont commencé après la naissance de notre premier enfant qui m'a mise devant des difficultés imprévues : l'autre, le bébé, la conjointe n'existaient pas, seuls les rythmes de Jérémie, ses désirs avaient de l'importance... L'existence propre de l'autre, des autres, produisait chez lui des frustrations très fortes, sources de diverses violences, verbales ou autres...

L'ambiance devenant insupportable, j'ai demandé de l'aide à une conseillère conjugale ; Jérémie est venu à un rendez-vous, sans vouloir (sans pouvoir dirai-je maintenant) entreprendre une démarche d'adaptation mutuelle... J'ai continué un peu, seule, ce fut le début d'un enfermement dans une relation pathologique, mais je ne le savais pas.

Les rencontres avec ma famille et les amis sont devenues rares. Ce n'est que bien plus tard que j'ai commencé à comprendre que tout ce qui venait de l'extérieur le perturbait, sollicitait ses fragilités, attisait sa violence interne… et comme je suis l'élément demandant cette vie sociale, je suis devenue « le bouc émissaire », la source de tous ses malheurs…

Prise par nos trois enfants et une activité professionnelle qui me passionnait, je me suis laissée faire, espérant que son intelligence et l'amour lui feraient revenir à une meilleure attitude… Mais cela ne venait pas, je m'épuisais.

Grâce à une formation professionnelle j''ai commencé à percevoir que le fait que j'aie une sœur trisomique que j'aimais avec ses limites m'avait au départ rassurée, me permettant de relativiser ses propres difficultés ; et en comparaison les problèmes de Jérémie étaient légers et me semblaient surmontables. En effet il m'avait informé de ses soucis familiaux et d'une longue hospitalisation pour des problèmes neurologiques qu'il soignait.

Je crois que mes convictions humaines et religieuses de l'époque ont accentué ma myopie : l'amour de la famille ne guérit pas de tout.

Tout un travail de thérapie m'a aidée à reprendre de l'assurance. Ces changements ne pouvaient aboutir

**émissaire pour leur proche malade - une épouse, maman de trois enfants qu'elle cette épreuve- ont bien voulu nous apporter leur témoignage.**

réellement, puisque Jérémie ne "voulait" rien changer : « c'est à toi de te soigner, tu es handicapée comme ta sœur ! ».
Pendant plusieurs années, j'ai accepté cette position, injuste certes, mais peut-être pouvait-elle être réparatrice, salutaire pour notre couple ? Au fond de moi et dans le peu de foi qui me restait, j'y croyais... Le soutien psychologique m'aidait bien à chercher une vie personnelle, mais je continuais de m'étioler… Il fallait donc retrouver le chemin de l'Église qui était le mien avant notre mariage. Un autre démarche longue et complexe lorsque diverses blessures sont mêlées... Après plusieurs tentatives, deux prêtres m'ont permis de cheminer dans la réconciliation et la Relation avec l'amour ressuscité. Progressivement l'Église redevenait ma famille, ma Maison, sans Jérémie ; ma souffrance n'était pas liée au seul fait que nous n'avions pas les mêmes activités, mais à l'impossible dialogue, au climat détestable qui régnait souvent à la maison. J'avais découvert l'amour gratuit de Jésus-Christ, et je m'efforçais de marcher à Sa suite, me remettant en question et pardonnant les dysfonctionnements de la vie quotidienne.
Il y a quatre ans, j'ai découvert l'existence de *Relais :* une résurrection pour moi ! D'autres hommes, d'autres femmes vivaient ces conflits impossibles, ingérables ! Cela a réalimenté ma foi.
J'ai beaucoup partagé, réfléchi sur la souffrance, le mariage : la souffrance existe, elle nous détruit souvent, mais nous sommes avant tout appelés à Vivre ; nous n'avons pas à nous laisser détruire par une relation douloureuse. Le Christ a donné sa vie, il est le bouc émissaire mort une fois pour toute pour nos fautes, Il est ressuscité. Marcher avec Lui, à sa suite, c'est chercher à demeurer Vivant dans le souffle de la résurrection.
Aujourd'hui, je crois pouvoir dire que je suis à nouveau « debout » sur mes deux pieds : une vie psychologique équilibrée à maintenir, et une vie spirituelle indispensable. Et ma vie spirituelle, c'est bien sûr la prière, la vie sacramentelle, et une insertion réelle dans l'Église par *Relais* et la paroisse.
Je conclurai en disant que pour répondre à cet Appel à La vie, il est indispensable de partager notre vie dans des lieux humains et amicaux rassurants, sécurisants (dont les professionnels). Pour moi, Relais Lumière Espérance est devenu le complément de foi indispensable : c'est le lieu d'Église que je n'ai trouvé nulle part ailleurs !

**Sophie**

**Une maman**

D'aussi loin que je me souvienne, je n'ai jamais eu trop de mal à accepter d'être le bouc émissaire de mon fils Paul. Cela ne veut pas dire que je m'offre à lui en victime mais plutôt que je consens à être le réceptacle des terribles souffrances qu'il endure et qui ont besoin d'être évacuées

Pourquoi cela ne m'est pas trop difficile ? Parce que je suis sa mère, que mon fils est une partie de moi-même et que je sens que c'est mon devoir de l'aider le plus que je peux afin de lui permettre de moins souffrir. Et l'écouter me cracher son venin pour se libérer, çà je peux. Alors, je reçois et j'encaisse ce qu'il me jette à la figure, ce qui est vrai, ce qui est faux, ce qui est exagéré. J'ai appris à me barricader, à aussitôt monter un mur invisible entre lui et moi dès qu'il commence à devenir violent en paroles ou en actes. Aussi ça ne m'atteint plus, même si ses paroles dépassent souvent sa pensée, car je sais qu'à ce moment il souffre de manière indicible et qu'expulser sa souffrance le libère, cela lui permet de continuer à vivre tout simplement. De nouveau il peut respirer. Tout ce qui l'encombrait, tout ce qui prenait la totalité de la place dans sa tête, dans son corps, tout cela enfin est expulsé, ne fait plus partie de lui... pour un moment. Pour combien de temps ? Une demi-heure ? Une demi-journée ? Une journée ? C'est imprévisible, même lui ne le sait pas. Je deviens son souffre-douleur, son bouc émissaire, son exutoire, je le sais et je l'accepte. Je l'accepte parce que j'ai compris que ce n'est pas forcément contre moi qu'il en veut. C'est plutôt contre lui. Il ne peut pas être comme il souhaiterait être, sa volonté ne lui répond pas, le moindre effort physique ou mental lui semble être l'ascension de l'Everest. Il se déteste alors et déverse sur moi toute la violence qu'il a en lui.

Dans ces moments de grande violence, il a besoin de se sentir le plus fort et de me faire endosser ses fautes, cela lui évite de regarder ses responsabilités, de se poser la question : "puis-je faire quelque chose pour me changer, pour m'améliorer ou vais-je rester comme ça toute ma vie ? Ai-je une part de responsabilité dans tout ça ?" Et comme il me sent moins touchée, moins fragilisée que son père par son agressivité, il se tourne vers moi sa mère. Bien sûr, ses paroles souvent dépassent sa pensée car il souffre trop, aussi je lui pardonne et je deviens le réceptacle de sa souffrance. Moi aussi je souffre, je souffre même énormément de le voir si malheureux mais il ne me démolit pas, je reste debout, un peu courbée, parfois très courbée mais prête à affronter une nouvelle dose de venin qu'il déversera sur moi.
Nous restons responsables de nos actes, notre malade aussi. Il a sa part de responsabilité que je dois lui apprendre à accepter.

J'accepte ce rôle de bouc émissaire pour délivrer mon fils de sa culpabilité afin qu'il puisse entamer un nouveau chemin, un chemin de liberté.

## Méditation

*Le bien et le mal, voilà un débat qui ne trouve pas sa place dans le cabinet du psychiatre ; pourtant avec nos proches malades, nous connaissons ces deux états de nous-mêmes et de nos proches. Comment comprendre cette dualité ? Quels chemins pour retrouver le regard d'Amour sur notre proche, malade psychique ?*

# "Délivre-nous du mal "

*Etait le thème de la Rencontre du 28 novembre 2012 du groupe de Rennes*

### *Pour tout chrétien…*

- Un postulat de départ pour toute démarche de foi : Dieu innocent du mal, Dieu Tout-Puissant Amour, inconditionnel, consolateur, miséricordieux, fidèle, présent à l'homme souffrant et souffrant avec lui.
- Un corollaire au Bien, à l'Amour-Dieu : le Mal. Mais faut-il une personnification du Mal ? (le Satan, le Diable, le Malin, le Mauvais, le Tentateur…). En tout cas, il faut croire qu'existent en ce monde « les forces du Mal ». C'est-à-dire, reconnaître que nous sommes sans cesse soumis à ces forces (puissantes) qui nous empêchent d'aimer, d'aller vers l'autre, de le rencontrer en vérité, de marcher dans la lumière, de faire advenir par nos vies le Règne de Dieu, de faire œuvre de procréation…
- Alors, oui, il faut apprendre, au long de nos vies d'hommes, à reconnaître, à nommer le Mal et à le combattre, que nous en soyons les auteurs ou que nous le subissions avec d'autres. Alors, oui, une des prières essentielles est bien celle, enseignée par Jésus (vainqueur du Mal, de tout Mal par sa résurrection), celle qui dit simplement : « délivre-nous du mal ». Dans le même temps, nous prendrons conscience, comme Ève au jardin d'Éden, que le Mal peut être « séduisant »… et, nous sentant faibles face à lui, nous prierons aussi : « Ne nous soumets pas à la tentation ».
- Reconnaître notre péché (emprise du Mal sur nous), c'est aller vers la demande de pardon, c'est vouloir devenir meilleurs, c'est un chemin de Vie. En revanche, s'enfermer dans une culpabilité stérile, la ruminer, la laisser nous ronger, c'est perdre l'Espérance dans la Miséricorde, c'est ne pas reconnaître la confiance que Dieu nous fait, c'est mortifère, c'est un chemin de mort.
- C'est à force de cette lutte où alterneront chutes, pardons et relèvements que la vie du croyant trouvera sens, expérimentant et témoignant à son tour de l'immense Amour d'un Dieu-Père, toute attente pour ses enfants bien-aimés, dont il veut faire les bénéficiaires et les messagers de son Amour (seule vraie force de Vie). C'est ainsi que pourra s'affirmer le Règne de Dieu, dès maintenant et pour toujours (il faut tenir à ces deux dimensions). Le « que ton Règne vienne » est ainsi, au quotidien, une prière autant qu'un moteur de Vie.

### *Et par rapport à nos proches malades ?*

- Tout d'abord, ils ne sont pas victimes du Mal, ils souffrent de maladie… Ce n'est pas pareil. Ils souffrent et leur maladie nous fait souffrir (parfois nous dirions : « ils nous font souffrir », mais la première formulation n'est-elle pas la plus juste ?).
- En revanche, comme toute situation humaine où la donne originelle est faussée (ici par la maladie et tous les désordres qu'elle entraîne, avant tout en perturbant le lien d'amour), c'est la porte ouverte à tous les assauts des forces du Mal : repli sur soi, perte de communication, ressentiment, soupçon, rancœur, mensonge, violence verbale ou autre, rejet, doute, désespérance…
- A noter également que les malades psychiques sont souvent très culpabilisateurs ! Ils oscillent parfois entre la culpabilisation pour eux-mêmes et la culpabilisation envers l'autre (conjoint, parent, proche). Cette spirale de culpabilité est dangereuse et il ne faut pas s'y laisser entraîner. Il faut, autant que possible, aider le malade à en sortir lui-même.
- La maladie psychique rend moins discernables les repères du Bien et du Mal, pour tous, elle relativise la notion de responsabilité, elle rend parfois plus difficile le recours au pardon.
- Aussi, elle doit développer en nous une recherche plus aiguë de la Vérité qui seule peut rétablir le lien d'Amour premier.
- Notre prière, et particulièrement la prière du Notre Père, en lien avec nos proches malades, devra être pleinement retour confiant vers Lui, sachant et proclamant que « seul l'Amour est digne de foi » (cf. Père François Varillon) ».

**Jean-Michel AUDUREAU,**
Conseiller Spirituel du groupe de Rennes

Comme annoncé dans le précédent Lien, le film "Les voix de ma sœur", documentaire de Cécile Philippin sur et avec la collaboration sa sœur Irène, schizophrène de 41 ans, a été projeté lors d'une réunion du groupe Paris/Ile de France. Il l'a été en présence de Paulette Philippin, la maman d'Irène, qui a répondu à nos questions et a bien voulu nous envoyer un commentaire à propos de ce film. Qu'elle en soit remerciée.
Son article est suivi d'extraits d'une lettre que Christophe, malade psychique, a envoyée à Cécile après avoir vu ce film, que vous pouvez vous procurer auprès d'elle [voixmasoeur@gmail.com /06 82 81 39 22].

# les voix de ma sœur ... une parole ?

**« Les Voix de ma sœur » est un film sur « la parole ».**

1. **Une patiente qui parle**, qui a accepté que sa parole soit publique, qui a su partager sa difficulté avec sa famille, une amie, un pharmacien, des soignants. Le professeur Jean-Pierre Olié de Sainte Anne m'a dit, lors de la projection précédant l'autorisation de projection publique : « Nos patients ne nous disent jamais tout ça ». Que çà l'ait frappé montre bien l'importance qu'il donne à la parole et ses difficultés.

2. **Une famille où on se parle**. Sans doute l'exigence naturelle d'Irène à s'exprimer a-t-elle facilité les échanges. La famille se rappelle ses colères d'enfant quand la-dite famille rassemblée ne l'écoutait pas !

3. **Un entourage (amis, cousins, soignants) qui a accepté de participer**, qui a senti l'importance de s'exprimer, d'échanger.

« Les Voix de ma sœur » ne donne pas en exemple une famille qui sortirait de l'ordinaire, ou bien une patiente, des proches, des amis, des soignants pas comme les autres « qui s'en sortiraient bien » et auraient trouvé les moyens de faire face. Il ne s'agit pas non plus de proposer des recettes ni de servir d'alibi pour permettre à d'autres de se dire : « Voilà une famille qui a le talent de dire ce que nous ne pouvons pas dire, ça peut être utile. »

Le film questionne en réalité chacun d'entre nous et incite à se pencher sur la manière dont nous abordons dans nos vies les craintes et les tabous qui accompagnent la maladie de nos proches.

Nous autres chrétiens, sommes enfants de la Parole, dans un monde né de la Parole : Parole créatrice du Père, Parole de l'univers qui clame l'amour de Dieu, Parole du Livre qui fonde notre foi, Parole enseignante de Jésus, Parole du malheur humain qui remue les tripes du Seigneur, Parole qui sauve, Parole de la réponse de l'homme (que veux-tu que je fasse pour toi ?).

Cela nous interpelle et nous choque. En effet, comme il nous est difficile de « parler » de la maladie de notre proche (en dehors de Relais, milieu privilégié et restreint où l'échange est fondateur) ! Tous nous éprouvons le retrait, l'impossibilité de ce partage, voire la conviction de sa nocivité ou de son inutilité. Il y faut du discernement, pensons-nous, trouver des cœurs ouverts.

Au fond, nous avons peur. Et c'est totalement partagé et totalement humain. De quoi ? De la maladie : sans explications, sans traitement vraiment efficace, sans espoir de guérison. De notre proche malade : Va-t-il un jour me frapper ? De nous-mêmes : serai-je capable de faire face à ce drame ? Des soignants : comment va-t-il être traité ? De l'hôpital : comment trouver le « bon » hôpital, le « bon » psy ? Des autres : la folie, c'est honteux, que vont-ils penser ? De la société : notre proche y trouvera-t-il sa place,

du travail, des amis ? . De la vie elle-même : que nous réserve-t-elle ? Notre proche lui-même a peur : « Les gens vont me reconnaître dans la rue » disait Irène au moment de lancer le film dans le public

Un pasteur disait dimanche 20 janvier, lors de la cérémonie de lancement de la Semaine de l'Unité à l'abbaye Saint Victor à Marseille : la peur est le contraire de la foi. On se rappelle le premier mot de Jean-Paul II : - N'ayez pas peur !

Comment la parole, notre parole, peut-elle nous délivrer de cette peur ? Parce que, échange et lien, écoute et gratuité, elle est basée sur la confiance (même racine que « foi »). Indispensable à toute relation, elle brise l'enfermement, elle se jette à l'eau, elle prend des risques, croit à la capacité d'accueil de l'autre, accepte de lui livrer le chagrin, le malheur, l'impuissance, accepte aussi de prendre en compte sa réponse, de lui faire confiance (les autres, les soignants, l'hôpital). Elle refait de nous des frères.

L'accueil complètement imprévu fait à ce film qui continue à parcourir la France, par tous, public ordinaire, familles, patients, soignants, montre bien que cette parole a accès en nous au lieu de la vie même, casse nos murs et s'ouvre à la fraternité dont nous sommes capables, dont les « autres » sont capables.

Mais elle a la particularité de montrer aussi combien notre temps l'a compris. Qui n'a entendu ces mots : " Va trouver un psychologue, tu pourras lui parler, lui expliquer … ". Et celui-ci de dire : « *Lui* en avez-vous parlé ? A qui pouvez-vous parler ? Qui peut *lui* parler ?».

Inutile de préciser que, membre de Relais depuis des années, j'ai bénéficié du partage entre familles, ce qui m'a permis de me lancer avec ma famille dans cette aventure.

**Paulette Philippin**

## *Extraits de la lettre de Christophe*

"Bonjour Cécile,

J'ai regardé votre film hier soir et çà m'a fait énormément de bien. C'est vrai, c'est authentique. C'est aussi un film de l'intérieur. Quand j'ai eu vent de votre projet à l'époque (je travaillais et ne venais donc pas au GEM) je n'avais qu'une peur : c'est que ce soit un film de l'extérieur (comme ce qu'on voit parfois à la télévision). Mais il n'en est rien.
Paulette m'a dit que votre film avait eu une large diffusion. Et c'est bien. Çà change. C'est une autre approche. Intimiste, familiale.
Je vais le prêter autour de moi. Déjà à mes parents. Je suis sûr que çà leur fera du bien aussi.
J'adore votre sœur dans le film. Et la façon dont vous la faites se confier. Vous dites que certains moments de son histoire n'ont vraiment pas été gais et je vous crois.
Pourtant, là elle est tellement sereine et équilibrée quand elle s'exprime, c'est un régal. Dans le sens où çà fait du bien de la voir comme çà. Sous cet angle.
Quand à un moment, elle lâche comme çà spontanément, sans trop réfléchir : "il ne faut pas se brouiller avec sa famille..."
Çà a été un choc. Car je suis en rupture depuis très longtemps avec tout un pan de ma famille.
Je pense aussi à mes parents qui doivent beaucoup souffrir depuis des années. Mon frère aussi. MAIS JE NE SAIS PAS COMMENT FAIRE? JE NE SAIS PAS COMMENT M'Y PRENDRE? J'essaye pourtant... Seulement parfois la souffrance est immense.
...
C'est bien votre film, c'est bien que vous vous soyez penchée sur votre sœur.
Depuis des années mon frère et moi nous ne nous fréquentons plus. RIEN. Et j'en souffre énormément. Je crois que mon frère se protège et protège ses enfants. C'est peut-être mieux ainsi pour l'instant. Pourtant vers 2007, une amie africaine m'a dit qu'elle voyait les choses évoluer, que çà n'en resterait pas là avec mon frère. Alors j'attends, je ne sais pas quoi faire. J'ai peur.
Bravo pour votre film. A toutes les deux. Et puis je crois que le mot de la fin est juste.
Bises."

P.S. Commentaire ultérieur de Christophe à propos du film : "***Je l'ai montré à mes parents et à mon frère, ils ont enfin compris ce qui m'arrivait...''***

# >> Nouvelles et annonces

## • Nous avons lu

**"Mon Héros"**,
de Félicité Herzog *(Ed. Grasset, août 2012). Avis d' adhérents de Relais sur ce livre dont la plupart des chapitres concernent le père, mais les derniers chapitres parlent de son frère malade :*

*«* La fille de Maurice Herzog lève le voile sur son enfance et jette un regard sans concession sur son milieu familial. Une analyse cruelle qui égratigne la figure paternelle et réhabilite la mémoire d'un frère sacrifié».

A.C.

« ...Il faut aller aux chapitres 21et 22 -sur les 28 que compte l'ouvrage- pour comprendre que le héros, c'est Laurent, son frère aîné, modèle inimitable, rival, complice dans l'adversité familiale.
Félicité voit les signes des plus en plus forts de la maladie psychique de son frère, avant de pouvoir mettre un nom. *« Je n'aurais jamais pensé possible l'emploi par un être humain de ses ressources intérieures pour bâtir des constructions intellectuelles visant à la destruction de soi »* . Signes positifs d'une lutte contre l'angoisse, lui disent les psychiatres..Elle nomme alors la schizophrénie, *« échec et mat au courage, à la mémoire, à la pensée »*. Suivent les démarches pour les hospitalisations sans consentement, avant la disparition de Laurent et les retrouvailles dans un service psychiatrique fermé. Il y retrouve une sorte de lucidité qui l'épouvante, c'est *« descendre d'un sommet le long d'un précipice abyssal »*. Après le décès brutal de Laurent, ultime conseil d'un médecin : *« ne restez pas dans la monde des morts »*.

Par contraste avec la dureté des autres chapitres, ces pages, où émerge un peu de tendresse, presque familières pour qui a connu les souffrances de proches malades, permettent à des parents de mieux comprendre ce que vit une sœur de malade psychique».

P.S.

*«* Dans ce livre nous avons trouvé de très belles pages décrivant les conditions et les circonstances de l'évolution et du traitement de la schizophrénie d'un fils d'une illustre famille, jusqu'à son errance mondiale et sa fin tragique dans le château d'hiver de sa famille. Félicité Herzog fait vivre cette évolution au travers du ressenti de ce qu'elle a vécu de son enfance à sa vie d'adulte.
Le " Héros" n'est pas son père mais son frère, promis à un destin magnifique et devenu le tragique héros de ses délires paranoïaques».

MH etJ.G

**"Quelle place pour les enfants schizophrènes?",**
un article de 4 pages dans le n° 3558 de **"La Vie"**(22 au 28 novembre 2012). *Le devenir de nos proches demeure pour nous une grande préoccupation. L'article de "La Vie" pose bien le débat auprès de la Société Civile pour entrer dans une démarche qui les rende moins assistés et plus responsables...en prenant bien la mesure de leur handicap... L'essentiel est dit ainsi que les besoins de soutiens, de structures de vie.*
Il est possible de se procurer cet article auprès de Relais(contact@relaislumiereespérance.fr ou 01 44 49 07 17)

## • A lire dans " Ombres et Lumière "

**N° 190 de novembre-décembre 2012**
* **"Plus je prie, plus je vais mal"écrit une amie soufrant de psychose. Que dire?** - les points de vue de *Patrice Van Amerongen, psychiatre, et d'Agnès Auschitzka, journaliste (p.8-9)*

***Dossier : Quand l'addiction s'ajoute à la maladie psychique** (p.17 à 28). On y trouve :*
**- le témoignage de mamans**
**- des explications sur ce type de pathologie** *(Dr Marc Valleur, psychiatre-addictologue)*
**- Saisir une lumière naissante** *(Père Bernard-Marie G, aumônier de prison)*

## • Conférences-rencontres de l'OCH 2013

**L'une d'elles concerne plus particulièrement les proches de personnes malades psychiques ou handicapées :**

• **Jeudi 23 mai 2013 à Lyon, Marseille, Paris, Toulouse - 3ème journée des MAMANS**

**Renseignements :** OCH
Service communication
Tel. 01 53 69 44 30 ou www.och.asso.fr

## Démarrage du groupe "Conjoints" d'Ile de France

Pour répondre à la demande de conjoints de malades psychiques, plusieurs d'entre eux se sont retrouvés le 15 février dernier autour du Père Ripoche, ancien aumônier d'hôpitaux psychiatriques et conseiller spirituel d'un groupe Relais. La réunion a été féconde, et nous pouvons dire aujourd'hui que ce groupe d'une demi-douzaine de personnes, plus jeunes que la moyenne des participants habituels de Relais et en activité, est bien engagé sur la voie du partage et de la prière.

*Nous vous rappelons qu'il existe depuis quelques années un groupe de personnes ayant épousé un conjoint atteint de troubles psychiques qui correspondent par mail. Toute personne dans cette situation peut se joindre au groupe, qui comprend actuellement plus de 30 participants, si elle possède une adresse email personnelle : il lui suffit d'en exprimer la demande en écrivant à thomasjc@orange.fr*

## >> Annonce

**Nous vous rappelons** que vous avez reçu une invitation pour la prochaine rencontre nationale de Relais Lumière Espérance qui se tient le **6 avril 2013 à Bordeaux***, sur le thème ***"Maladie psychique d'un proche : Nous ne sommes pas seuls"***, avec comme grand témoin frère Samuel Rouvillois.
*Centre Louis Beaulieu
160 rue St Gènes
33000 Bordeaux

## 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, chargé de mission
Jean-Michel Grzeczkowicz, trésorier

Autres membres du Conseil d'administration :
Julien Arcanger, Françoise Baudouin, Claudine Boucheron, Brigitte Descourtieux, Philippe Lefèvre, Françoise Lesage, Daniel Mazenod, Franck Piaton, Mireille Ripert, Philippe Rouvillois

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

**SITE INTERNET**
http://www.relaislumiereesperance.fr

## Les groupes Relais Lumière Espérance

*(un astérisque indique un simple contact)*

### 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
  Tel. 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**
  *(groupe régional)*
  Philippe Lefèvre
  Tél. 06 13 73 29 93
- **PONTOISE / VAL D'OISE**
  Jean et Suzanne Gilllet
  Tél. 01 30 35 49 16
- **RAMBOUILLET**
  Michèle Mencik
  Tél. 09 64 03 30 63
- **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 Bantegny
  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
- **REIMS**
  Vincent Alliot
  Tél. 03 26 35 86 82

### 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**
  Josiane et Michel Thommerel
  Tél. 02 33 64 21 86
- **CAEN**
  Marc Gavard
  Tél. 02 31 97 08 88
- **LAVAL**
  Julien et Jacqueline Arcanger
  Tél. 02 43 05 73 16
- **NANTES**
  Marie-Madeleine Palmieri
  Tél. 06 44 02 39 19
- **RENNES**
  Françoise Baudouin
  Tél. 02 99 36 46 23
- **SAINT BRIEUC**
  Marie Duault
  Tél. 02 96 61 64 13
- **VANNES**
  Christiane Gilbert
  Tel. 02 97 56 47 31

### SUD-OUEST

- **ANGOULÊME**
  *Annie Fauconnet**
  *Tel. 05 45 21 40 524*
- **BORDEAUX-CAUDERAN**
  *(groupe régional)*
  Aliette Lescure
  Tél. 05 56 08 84 51
- **BORDEAUX-MERIGNAC**
  Catherine Michon
  Tel. 09 81 24 28 92
- **BORDEAUX-TALENCE**
  Christine Mathieu
  Tel. 05 56 80 45 61
- **LIBOURNE**
  Odée Delsart
  Tél. 05 57 84 40 53
- **LIMOGES**
  Guillaume Lamy de La Chapelle
  Tél. 05 55 35 32 58
- **PAU**
  Maïté Dombideau
  Tel. 05 59 04 62 25
- **TOULOUSE**
  Antoinette Pouzenc
  Tél. 05 61 49 32 81

DN/RL 03/2013