



FOIRE AUX QUESTIONS :

«Je ne vais pas bien, j'ai envie de me suicider ; qui peut m'aider ? »

Tout d'abord, tu peux toujours téléphoner à ce numéro : **06 30 87 04 36** , de 10 h à 22 h, il y a quelqu'un qui te répond en direct, sinon, tu laisses ton numéro et on te rappelle très vite !

Tu as le droit de ne pas être bien, même si, apparemment, rien de très grave ne t'est arrivé. Mais, pourrais-tu penser que le monde a besoin de toi ? Les artistes ne se sentent pas toujours très bien. Leur musique, leur peinture, leur création, sont empreintes de ce bonheur tant recherché, de ce malheur parfois caché. L'art est un remède si souvent utilisé ; leur génie s'est exprimé là ; heureusement qu'ils ont pu rester en vie. Regardons ce qu'ils nous ont légué, écoutons leurs musiques, la vie est là : visible, audible, imaginable.

Prends contact avec nous, nous prenons l'engagement de t'écouter, de te mettre en relation avec ceux qui te permettrons de te rendre compte de ce que tu es. Tu as besoin de nous, nous avons besoin de toi. Dis-nous tes idées.

Garde tes amis, ta famille, laisse la porte ouverte, ne t'isole pas, garde tes activités, dis-nous tes désirs, tes intérêts, ce que tu aimes faire. Ne donne pas trop vite ce qui t'appartient. Dors, mange, n'arrête pas, quels que soient tes arguments. Lutte autant que tu peux contre la tristesse. Regarde avec soin tes changements d'humeur. Fais attention à toi. Ne consomme pas ce qui te ferait oublier tes problèmes trop facilement. Reste celui que tu es. N'aie pas peur de toi. Tu peux aimer vraiment...

Père Eric Lestage
Curé de Mimizan (40)
bergerieducygne@hotmail.com