



PHARE

Enfants-Parents

La voie de la Vie

RAPPORT D'ACTIVITÉS 2016

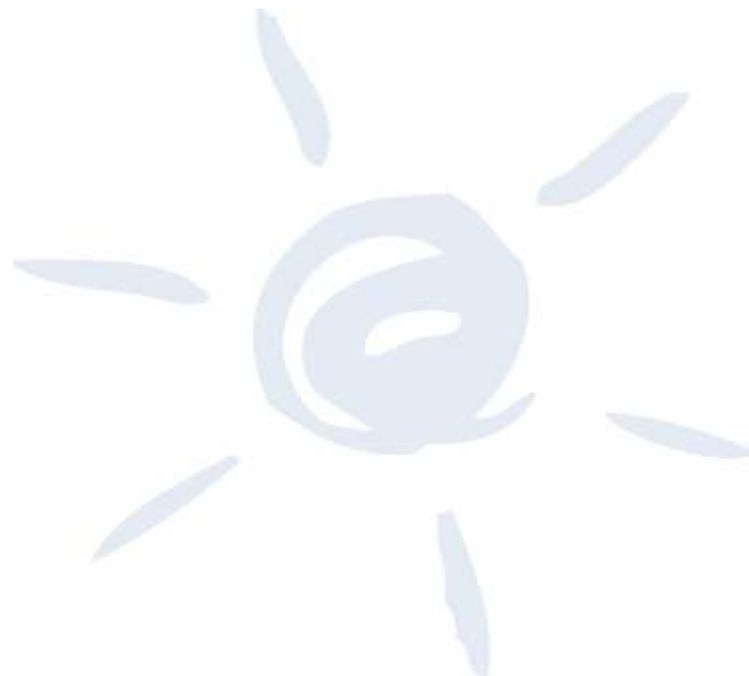
Association de prévention
du mal-être et du suicide des jeunes

www.phare.org



SOMMAIRE

- 1 - Réunions, conférences, interventions**
- 2 - Relations avec les ministères et organismes institutionnels**
- 3 - L'espace d'accueil et d'écoute**
- 4 - Groupes de parole**
- 5 - Éditions et supports de communication**
- 6 - PHARE et les médias**
- 7 - www.phare.org/Facebook**
- 8 - Soutiens financiers**





1 – RÉUNION, CONFÉRENCES ET INTERVENTIONS 2016

Vie de l'association

■ Réunions internes

Le Conseil d'Administration s'est réuni les 26 février, 14 avril, 23 juin, 14 septembre et 24 novembre. Des réunions téléphoniques ont eu lieu les 16 novembre et 14 décembre.

L'Assemblée Générale d'approbation des comptes de 2015 s'est tenue le 19 mai 2016, au cours de laquelle quitus de gestion a été donné pour 2015 ainsi qu'approbation des projets d'actions et de budget pour 2016.

De nombreuses autres réunions ont été nécessaires pour faire avancer les travaux sur les chantiers suivants : **projet de manifestation pour les 25 ans de PHARE Enfants-Parents, dépliant sur le deuil et rédaction des fiches prévention**. La manifestation pour les 25 ans de l'association a été annulée au cours du 3e trimestre compte tenu du retard pris dans l'élaboration du projet et surtout dans la recherche de financement. Néanmoins, ce projet a généré plusieurs rencontres avec une agence de communication qui avait pris en charge gracieusement la réalisation du dossier de présentation de l'événement. Par ailleurs, le comité de rédaction pour les fiches thématiques à mettre en ligne sur le site s'est réuni de façon hebdomadaire tout au long de l'année et a participé à la relecture et à l'élaboration de documents autres que les fiches.

■ Présidence – fonctionnement de l'association

Un changement de présidence a eu lieu en juin 2016. Thierry POLACK, Vice-Président de PHARE Enfants-Parents pendant deux ans, avait accepté de se voir confier la présidence de l'association. Il a été élu Président lors du Conseil d'Administration du 23 juin 2016. Pour des raisons personnelles et essentiellement de disponibilité, il a été amené à démissionner en novembre 2016. Cette démission n'a pas été sans incidence dans le fonctionnement de l'association.

Le Conseil d'Administration a réélu, dans sa séance du 24 novembre 2016, Thérèse HANNIER à la fonction de Présidente. Un groupe de travail est chargé de

rechercher une solution en vue d'assurer la succession dans les meilleures conditions.

Le secrétariat a souffert d'une vacance de poste pendant le second semestre 2016. En effet, l'association fonctionne avec plusieurs bénévoles, tant au plan administratif qu'à l'écoute, et comprend, selon les années, 2 ou 3 salariées. Une psychologue, une assistante et une secrétaire à temps partiel. L'équipe n'a pu être complétée que début 2017.

■ Manifestations et interventions en 2016

■ **5 février : Journée Nationale de Prévention du Suicide**

Le colloque à PARIS s'est tenu au Ministère des Affaires Sociales et de la Santé sur le thème : «La prévention à l'épreuve du suicide». Intervention de Thérèse HANNIER dans le cadre de la table ronde sur le 2e rapport de l'Observatoire National du Suicide.

■ **15 février : Table ronde sur le thème de « la mort et la fin de vie »** à la Mairie du 7e arrondissement de Paris. Elisabeth de LANGRE, administrateur, représentait l'association.

■ **7 avril : Lancement des « ASSISES parisiennes de la SANTE »** organisé par la Mairie de Paris, amphithéâtre du groupe hospitalier des Diaconesses/Croix St-Simon, PARIS 12e. Première rencontre d'une série de débats à Paris sur le thème de la Santé. Christian BEAUBERNARD, administrateur, représentait l'association.

■ **10 septembre : Journée Mondiale de Prévention du Suicide**

Tenue d'un stand dans le cadre d'un « village associatif » organisé par l'UNPS à la Gare Montparnasse à PARIS. Malheureusement peu de personnes pour s'arrêter aux stands, lieu de passage essentiellement et absence de communication préalable.

■ **26 novembre : Journée des associations organisées** par la Fondation Dumeste au Pavillon de la musique de la Comtesse du Barry à LOUVECIENNES (78).



Débat sur «l'accompagnement social» rassemblant les associations soutenues par la Fondation. Journée toujours très riche en échanges et celle-ci a permis d'évoquer des témoignages remarquables d'engagements au service de l'autre. Rencontre conviviale malheureusement attristée par des décès de membres d'associations, en particulier du Président sortant de la Fondation Dumeste, M. Alain FROGER, pour qui un hommage a été rendu dans l'émotion partagée.

17 décembre : Séminaire de réflexion, de partage et d'échange organisé par PHARE Enfants-Parents à l'Hôtel Napoléon, PARIS 8e. autour du thème : **«reconstruction et renaissance après un suicide»**.

Journée très riche et dense qui a permis d'échanger sur des projets, notamment l'édition de l'ouvrage de



témoignages du groupe Echanges de l'association, ainsi que sur le projet d'un film en cours de réalisation pour France 5, présenté par Katia CHAPOUTIER, journaliste.

Trois intervenants de qualité, particulièrement émouvants, au ton juste, ont captivé le public en témoignant de leur parcours après le suicide de leur



enfant : Pascale MORICE, auteure de **«Fatigué de ce monde/la résilience»** et Elisabeth et Eric de GENTIL-BAICHIS, auteurs de **«La vie quand même. Survivre et renaître après la mort de son enfant»**.

Il s'agissait d'une belle rencontre chaleureuse et conviviale. Manifestation organisée au dernier moment fin novembre, celle-ci fut des plus réussies et plus de 50 personnes s'étaient déplacées, parfois de loin. Elles ont pu échanger, partager des moments d'émotions et de plaisirs à la fois



Interventions scolaires et universitaires

Depuis 1993, nous intervenons dans les collèges et lycées à la demande du chef d'établissement. Nous avons mis au point des outils de communication : diaporama sur le mal-être, vidéo réalisée par des lycéens, exposé préventif, questionnaire, etc.

Les jeunes portent leurs problèmes et leurs symptômes au collège/lycée ou dans les établissements d'enseignement supérieur. Ils peuvent se montrer, dans ces lieux, différents d'à la maison. L'absentéisme, les retards à répétition, les passages fréquents à l'infirmerie, les difficultés d'apprentissage, les troubles du comportement, sont des signes à repérer et à prendre en considération. Il s'agit souvent d'indices sérieux que quelque chose ne va pas, que quelque chose de parfois grave est en train de se vivre ou de se préparer...

À partir de là, il paraît logique de se soucier de la manière dont on peut sensibiliser, alerter et surtout transmettre

Idées reçues

- ✚ Ceux qui en parlent ne le font pas.
- ✚ Le suicide est un acte de courage ou de lâcheté.
- ✚ Les personnes suicidaires ont une faible personnalité
- ✚ Ceux qui se suicident sont vraiment décidés à mourir, on ne peut rien faire pour l'empêcher.
- ✚ Le suicide se produit sans avertissement.
- ✚ Parler du suicide à une personne en souffrance lui donnera l'idée de passer à l'acte.
- ✚ On doit promettre de garder le secret à quelqu'un qui nous confie qu'il pense au suicide. Parler ça serait le trahir

un savoir permettant d'identifier un jeune en mal-être, pour aller au-devant de lui et l'aider.

La sensibilisation du corps enseignant, comme celle des jeunes eux-mêmes, au repérage des signes qui peuvent être manifestés par un élève ou un camarade, est aussi nécessaire.



Voici un exemple du contenu du diaporama qui a pour but de sensibiliser à la question du mal-être et d'inciter les élèves à repérer les signes et savoir réagir. Chaque page du

Quand ça va mal : les premiers signes

Modifications radicales et durables de la ligne de conduite

- Modification des relations avec l'entourage
- Instabilité, augmentation ou abandon de l'activité habituelle ou appréciée
- Isolement, non présence mentale
- Nervosité, irritabilité, susceptibilité, violence
- Troubles du sommeil et de l'appétit
- Incommunicabilité, mutisme
- Exacerbation ou épuisement affectif
- Caractère fuyant, absences répétées...

Que faire face au mal être d'un camarade ?

- Exprimer son inquiétude pour lui (je vois que tu vas pas bien, qu'est-ce que je peux faire pour toi?)
- Être dans une disposition d'écoute
- Lui conseiller d'en parler à un adulte et/ou un professionnel (médecin, infirmière scolaire, psy...)
- S'il ne veut pas, l'encourager à appeler un service d'écou (anonyme, confidentiel)
- Surtout ne pas rester seul avec une confiance lourde à porter.
- En parler c'est déjà l'aider.

diaporama fait l'objet de commentaires et permet le dialogue avec les élèves.

L'association intervient donc dans les collèges et lycées à l'aide d'outils interactifs, de différents médias afin de les sensibiliser aux signes du mal-être, à la notion d'empathie et travaille également avec eux autour de la question du secret (parler de la difficulté de son copain à un tiers, est-ce le trahir ? par exemple). Il s'agit aussi de leur communiquer les différents types d'aide et les personnes ressources qui existent proches de chez eux. D'une manière générale, les élèves abordent ce sujet avec beaucoup d'intérêt et sans tabou.

À l'issue de la rencontre, les élèves sont invités à imaginer eux-mêmes une affiche de prévention. L'affiche est ensuite exposée dans leur établissement.

Voici en exemple une affiche réalisée à partir d'un projet créé par des élèves et ce qu'elle est devenue après modifications par les dirigeants de l'association :

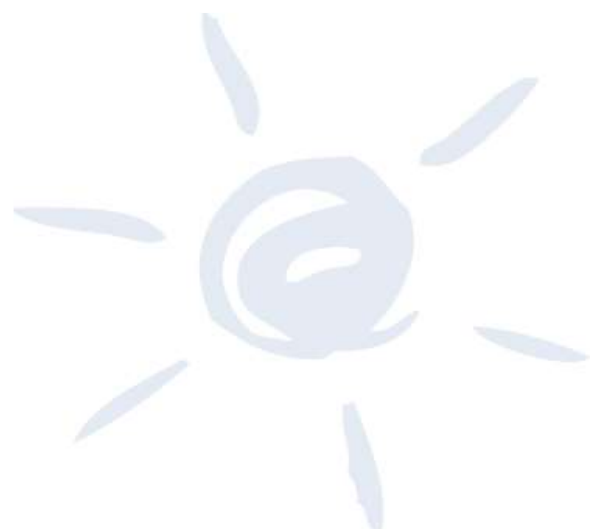
Principales interventions en milieu scolaire en 2016 :

25 et 26 Janvier, intervention au Collège COURTELINE à PARIS 75012, journée citoyenne santé, interventions sur la prévention du mal-être dans les classes de 3^{ème}.

29 janvier et 19 novembre, interventions au Café Santé "Mal-être, dépression, idées suicidaires : comment aider et se faire aider?" à l'Université Paris Diderot.

10 et 22 novembre, intervention au Collège COURTELINE à PARIS 75012, interventions sur la prévention du mal-être dans les classes de 3^{ème}.

3 décembre, intervention au Collège COUPERIN à PARIS 75004, journée citoyenne santé, interventions sur la prévention du mal-être dans les classes de 3^{ème}.





2 – RELATIONS AVEC LES MINISTÈRES ET ORGANISMES INSTITUTIONNELS

PHARE Enfants-Parents s'est toujours attaché à entretenir des relations avec des membres de Cabinet des Ministères de la Santé et de l'Éducation Nationale notamment, des responsables d'organismes institutionnels, ainsi qu'avec des représentants de fondations et d'associations. L'avis de l'association est pris en compte et ses représentants sont souvent invités dans le cadre de groupes de travail ou de conférences.

L'Observatoire National du Suicide :

PHARE Enfants-Parents a été nommé membre de l'Observatoire National du Suicide créé par le Ministère des Affaires Sociales et de la Santé le 9 septembre 2013.

Deux représentants du Conseil d'Administration participent aux groupes de travail dont Martine ALLOUARD-CARNY, vice-présidente. Thérèse HANNIER, présidente, siège aux séances plénières.

L'observatoire a pour mission d'améliorer le suivi des suicides et des tentatives de suicide, de développer la connaissance des facteurs de risque et des mécanismes conduisant aux suicides et aux tentatives de suicide, afin d'améliorer la prévention et d'évaluer les politiques publiques et de produire des recommandations.

PHARE Enfants-Parents a été auditionné le **3 décembre 2015** par le Haut Conseil de la Santé Publique dans le cadre d'une évaluation du programme national d'actions contre le suicide 2011-2014. Thierry POLACK a présenté une synthèse des observations faites par l'association sur ce plan jugé dans l'ensemble positif.

Un second rapport a été rendu public le 2 février 2016 «SUICIDE. Connaître pour prévenir : dimensions nationales, locales et associatives.» Document de 480 pages, il est téléchargeable sur le site du Ministère de la Santé. Il propose une synthèse des travaux conduits par l'Observatoire au cours de 2015. De nouvelles recommandations complètent celles énoncées dans le premier rapport.

Le 22 juin 2016, Thérèse HANNIER a été invitée à présenter, dans le cadre d'une réunion consacrée au suicide des jeunes, l'étude réalisée par l'association auprès de ses adhérents. Il s'agit d'une étude sur les circonstances du suicide des jeunes effectuée sur la base de questionnaires remis depuis 1997 aux parents touchés par le suicide d'un enfant. Cette étude porte sur un échantillon de 243 questionnaires.

Principaux constats : - les signes avant-coureurs ne sont en général identifiés qu'après le passage à l'acte, - 70 % des jeunes suicidés étaient suivis par le corps médical, - 30 % font partie de « ceux qui ont tout pour être heureux », profil nouvellement identifié grâce à cette étude. Par

ailleurs, 90 % des jeunes avaient des sœurs et frères, des parents aimants qui vivaient, pour 72 % d'entre eux, sans relations conflictuelles. 58 % des jeunes suicidés ont laissé un message, dont la majorité exprimait leur désir de mort.

En conclusion de cette présentation Thérèse HANNIER a exprimé le souhait que ce type d'étude soit mené dans un cadre épidémiologique institutionnel comme par exemple une enquête nationale d'autopsie psychologique.

La CPAM de Paris

La Caisse Primaire d'Assurance Maladie a choisi PHARE Enfants-Parents pour participer à une politique de prévention du suicide des jeunes à Paris. Un accord de partenariat a été signé en septembre 2013 pour mettre en place un dispositif de suivi psychologique de jeunes en risque suicidaire. Ce dispositif est financé par la CPAM de Paris qui assure le paiement des honoraires des psychologues sélectionnés par l'association.

Le Rectorat de Paris collabore à cette opération en permettant la diffusion de l'information. Un tract a été élaboré à cet effet et des réunions ont été organisées avec les Médecins, infirmières et assistantes sociales scolaires.

Cette action, inédite en France, est réservée aux familles parisiennes relevant du régime général et rentrant dans les critères de ressources fixés par la CPAM de PARIS.

Notre psychologue joue l'interface entre les familles, la Sécurité Sociale et les psychologues. Elle assure le premier entretien et oriente vers le ou la psychologue la mieux à même de répondre à la problématique. Ce dispositif accroît la charge de notre service d'écoute et d'accueil au bénéfice de jeunes en grande difficulté, dont les parents n'auraient pas pris l'initiative de demander de l'aide.

Voir le chapitre ci-dessous concernant l'espace d'accueil et d'écoute.



3 - L'ESPACE D'ACCUEIL ET D'ÉCOUTE

Le service d'accueil et d'écoute est proposé aux **parents en difficulté avec un jeune en souffrance et aux parents endeuillés par le suicide d'un enfant**. Une équipe d'écotants bénévoles et salariés, formés à l'écoute et à la crise suicidaire, assure une permanence du lundi au vendredi de 10 h à 17 heures.

L'écoute téléphonique

Qui appelle ?

En 2016, **plus de 1 000 appels** ont été traités, soit une progression de 10% par rapport à l'année précédente. Ces appels émanent principalement d'adultes, les jeunes utilisant de préférence les emails et SMS. Ces appels ont une durée moyenne de 20 minutes et peuvent aller bien au-delà lorsqu'il s'agit d'une problématique de deuil. Ce dispositif apporte, outre l'écoute, un véritable soutien aux parents et jeunes en souffrance.

Il peut être aussi un lieu ressource, l'écotant étant amené également à orienter les personnes, si nécessaire, vers des structures institutionnelles, associatives ou privées.

Pour qui ?

Parmi les appels provenant d'adultes, un quart d'entre eux sont eux-mêmes en difficulté et/ou souffrance, deux tiers appellent pour un de leurs enfants ou adolescents et d'autres pour un membre de la famille ou un ami (soit environ 15%).

Ce sont principalement les femmes qui appellent, même si de plus en plus d'hommes font la démarche d'appeler pour du soutien à la parentalité ou pour une problématique de deuil.

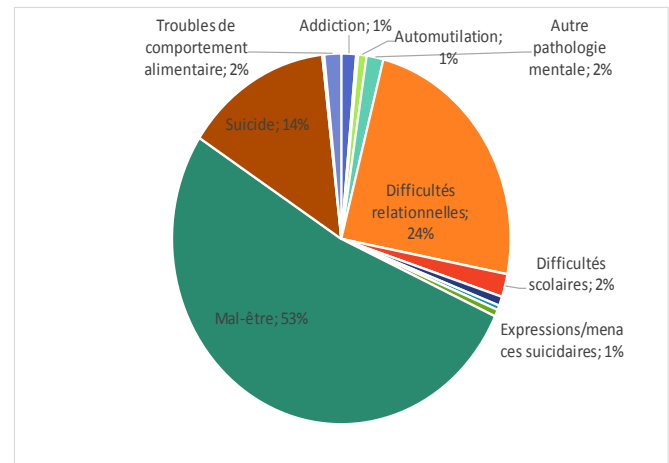
Ces appels sont pour la plupart uniques et sont de l'ordre d'une demande de soutien et de guidance avec généralement une demande précise de l'appelant.

Concernant les jeunes, beaucoup font état d'une grande souffrance et d'un sentiment profond d'isolement. Pour la plupart, un suivi a été mis en place et ils se saisissent de la ligne d'écoute comme d'un étayage supplémentaire.

Mode de connaissance

Internet reste le mode de connaissance privilégié (63%) mais pour 30%, c'est le réseau de connaissances et les professionnels du secteur.

MOTIFS DES APPELS

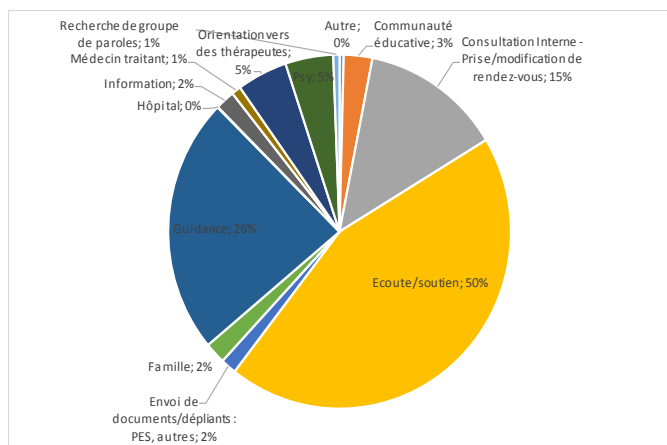


Le mal-être reste prépondérant, dépassant la moitié des motifs d'appel.

- Une part de plus en plus importante concerne les difficultés relationnelles d'ordre familial, problématique de plus en plus présente depuis ces trois dernières années.
- Viennent ensuite les problématiques liées au suicide : si on additionne les appels au cours desquels le suicide est explicitement évoqué, cela représente 15% des appels (expression claire d'idées suicidaires, tentatives de suicide et suicide) Ce chiffre est en diminution par rapport à l'année dernière (21%).
- D'une année à l'autre les motifs des appels restent cependant assez constants.



TYPES DE DEMANDE



- Une demande d'écoute et de soutien constitue la moitié des appels.

Au-delà du soutien et de l'écoute qu'ils attendent, la plupart des parents expriment le besoin d'être guidés (26%) et d'être rassurés dans leurs compétences parentales.

Les signes manifestés sont, de plus, fréquemment associés à des difficultés relationnelles et d'ordre éducatif. Des orientations vers des prises en charge éducatives sont de plus en plus fréquentes (ex : mesure d'assistance éducative en milieu ouvert AEMO)

- Les parents expriment le plus souvent un profond désarroi et un sentiment d'impuissance face au comportement et au mal-être de leur enfant. Un soutien à la parentalité peut leur être alors proposé.
- 16% font l'objet d'une orientation en interne vers un accompagnement par la psychologue de l'association ou vers son groupe de parole.

L'aide à distance au-delà de l'écoute téléphonique

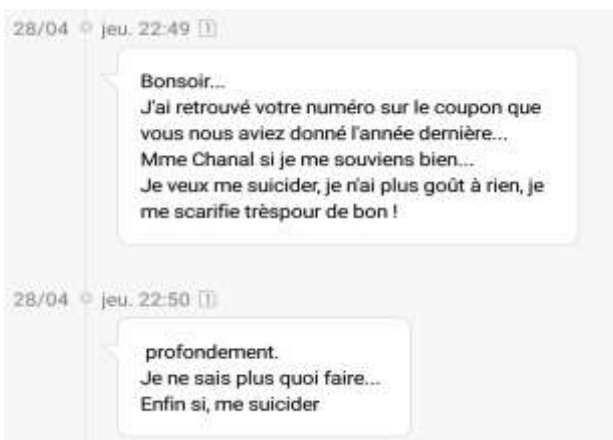
Les SMS et les mails :

Cette activité s'ajoute au service téléphonique et le complète dans ce qui s'appelle « l'aide à distance ». Depuis 2015, le nombre de messages et de demandes d'aide via la boîte mail est en nette augmentation.

LES SMS

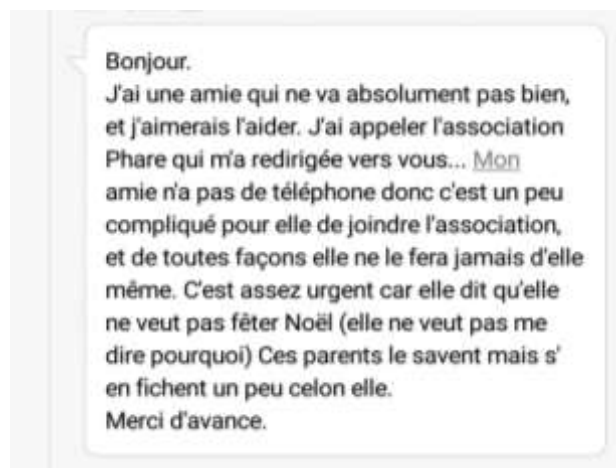
1475 SMS ont été échangés avec la psychologue (283 en 2015), dont 90 % avec des jeunes connus de l'association (par la ligne d'écoute ou par le service d'accueil).

Le SMS répond à un besoin d'immédiateté du jeune en situation de souffrance. Cela lui permet d'établir un premier contact et de le maintenir jusqu'à ce que l'alliance soit suffisante pour envisager une orientation ou une rencontre en face à face.



Il est important d'instaurer avec les jeunes une relation de confiance afin de les amener à exprimer une demande d'aide directe soit auprès des parents soit auprès d'un professionnel.

Dans la majorité des cas, la personne est concernée par la problématique ; mais il arrive également que la demande d'aide puisse émaner d'un proche ou d'un membre de la famille.



LES MAILS

Ce sont **plus de 400 courriels** qui ont été traités (365 en 2015, 350 en 2014), dont 85% émanent de jeunes en difficulté et /ou en souffrance.

Les messages envoyés par ces derniers peuvent être tout aussi bien courts, se résumant parfois à quelques mots tels que : **"Je vais mal, aidez-moi"**, ou plus longs, expliquant la situation.

La plupart des jeunes envoient un message comme une bouteille à la mer, pensant peut-être ne pas recevoir de réponse. Dans la majorité des cas, cela aboutit à une succession d'échanges sur plusieurs jours, parfois



plusieurs semaines. L'utilisation de ce canal permet également une mise à distance nécessaire pour eux avant la création d'un lien de confiance.

L'objectif avec les jeunes est qu'ils se sentent entendus et que leur souffrance soit reconnue par un tiers. Bien souvent, ils sont très isolés et ont du mal à demander directement de l'aide.

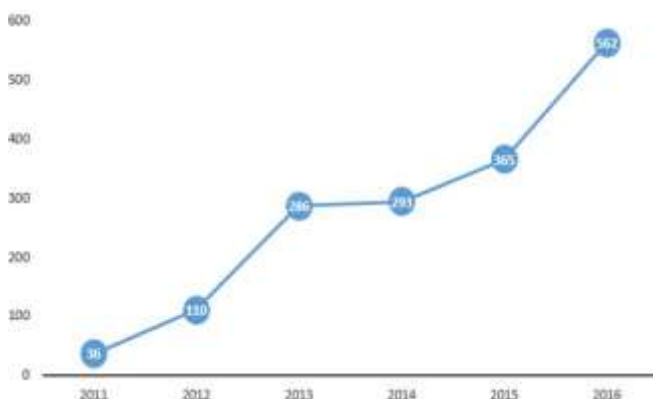
Merci de votre réponse.
Avant de tout vous expliquez je veux être sûr que je sais pas moi, vous allez pas prévenir une assistante sociale ou un truc comme ça, parce que vous pensez que c'est pour mon bien ? Je veux être sûr que ça reste entre nous deux, et ça n'ira pas plus loin ?
Je suis désolée de vous poser cette question mais je suis prévoyante.
Merci d'avance.

■ L'accueil à PHARE Enfants-Parents

Les entretiens comportent plusieurs finalités:

- Consultation familiale
- Aide à la parentalité, guidance parentale
- Soutien, accompagnement psychologique
- Orientation vers le dispositif CPAM

Évolution des demandes de consultations depuis 2011 :



Depuis 2012, le nombre d'entretiens a considérablement augmenté :

36 en 2011, 110 en 2012, 286 en 2013, 293 en 2014, et **en 2015, 365 consultations.**

562 consultations ont été assurées **en 2016, 562 consultations** ont été assurées.

350 concernent des jeunes (dont 38 dans le cadre du partenariat avec la CPAM)

174 des parents ou familles.

76 jeunes reçus.

Age moyen : 14 ans (12 % ont moins de 10 ans).

Les personnes qui font l'objet de consultations au sein de l'association sont des parents confrontés aux difficultés de leur enfant ou de leur adolescent, les adolescents ou jeunes adultes en souffrance ainsi que les personnes endeuillées par le suicide.

Elles viennent pour 75% d'entre elles de Paris et pour 25% d'Ile-de-France.

Pour 66% d'entre elles, elles ont connu l'association grâce à Internet, pour le reste, elles ont été orientées par les partenaires médico éducatifs, le rectorat de Paris et le réseau de connaissances de PHARE.

■ Le dispositif CPAM, suivi psychologique

Le service d'accueil et d'écoute s'est vu compléter, depuis 2014, d'un dispositif spécifique relevant d'un accord de partenariat de notre association avec la CPAM de PARIS pour offrir un suivi psychologique aux jeunes parisiens en risque suicidaire (sous conditions d'âge et de ressources).

PHARE Enfants-Parents est maître d'œuvre dans ce projet selon des conditions fixées par la CPAM de PARIS dans le cadre de la convention signée. L'action se déroule en partie dans le local de l'association et par ailleurs, pour le suivi psychologique, au cabinet des psychologues.

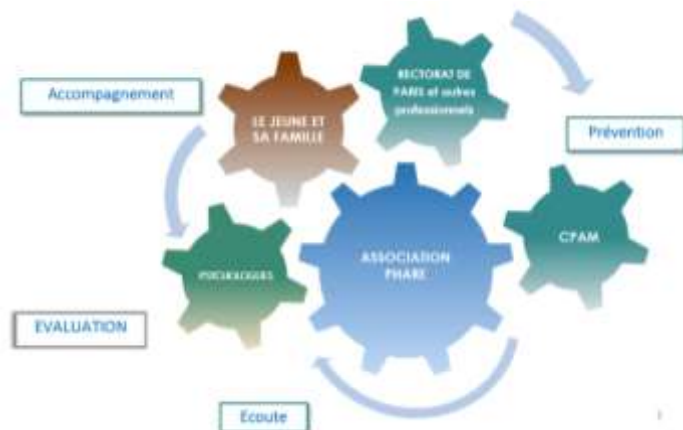
Un travail de coordination

Le dispositif a nécessité de rencontrer les principaux professionnels des établissements scolaires, directement concernés par le repérage de signes de mal-être chez les jeunes. Cela a été l'occasion d'explicitier le dispositif et d'envisager une réelle coordination à mettre en place : du repérage d'un jeune en mal-être jusqu'à sa prise en charge par un psychologue en libéral. Il est en effet très important qu'un lien soit établi entre les différents acteurs du dispositif afin d'en assurer sa congruence et son bon fonctionnement.



Les professionnels des établissements scolaires prennent contact avec la psychologue de PHARE Enfants-Parents lorsqu'ils sont confrontés à des élèves présentant certaines difficultés.

Ce premier contact permet non seulement d'évaluer la congruence de la demande avec le dispositif lui-même en vérifiant les critères d'adhésion, mais il permet également d'avoir un premier ressenti du professionnel

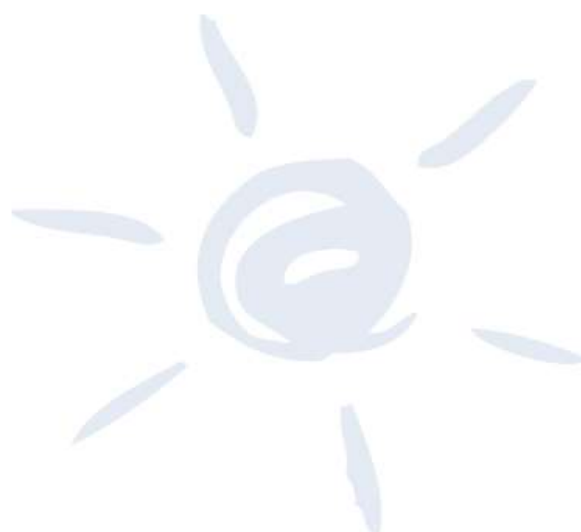


au contact de ces jeunes. Il s'agit pour les professionnels des établissements scolaires d'adresser à PHARE les familles concernées.

Lorsque les demandes sont effectivement congruentes avec le dispositif CPAM, les familles prennent contact avec la psychologue afin de convenir d'un entretien. Cet entretien poursuit plusieurs objectifs. Il offre d'abord un espace d'écoute et de parole dans lequel le jeune mais aussi ses parents peuvent exprimer leurs difficultés et leurs souffrances. Ce temps d'écoute permet tout autant d'évaluer la problématique autour des difficultés du jeune, que de faire émerger une problématique sous un angle nouveau. Il s'agit donc d'une démarche d'exploration fine qui prend en compte l'histoire singulière du jeune et qui permet dans le même temps de travailler l'adhésion de chaque membre de la famille à la nécessité d'une prise en charge.

Une fois l'adhésion du jeune à une prise en charge psychologique acquise, la psychologue explicite le dispositif CPAM aux familles en leur remettant dans le même temps une liste de professionnels auprès desquels le suivi pourra être engagé. La simplicité de la démarche et la rapidité de prise en charge est un atout de taille pour ces familles de plus en plus nombreuses à solliciter de l'aide. Cette première étape apporte déjà un soulagement et surtout l'espoir d'un changement là où très souvent il n'y en a plus.

Ce dispositif permet donc l'accès aux soins psychologiques aux jeunes et un soutien aux familles qui n'auraient pas spontanément consulté sans l'intermédiaire des établissements scolaires. Il permet de gagner un temps considérable dans la prise en charge des jeunes en souffrance et entre réellement dans un travail de prévention et d'intervention au plus près des difficultés rencontrées par les jeunes.





4 - GROUPES DE PAROLE

Les parents endeuillés par suicide ont la possibilité de se rencontrer dans le cadre de groupes de parole :

Un groupe d'entraide :

Depuis 1993, le groupe rassemblant des parents d'enfant suicidé se réunit à PARIS, une fois par mois, le samedi matin, dans les salons d'un hôtel parisien qui sont mis gracieusement à notre disposition.

Groupe d'entraide et non thérapeutique, il apporte un soutien indénié à ceux qui y participent grâce à une extraordinaire alchimie de la compréhension puisqu'il rassemble des parents concernés par un même deuil : le suicide d'un enfant. Il permet de sortir d'une solitude dans le partage de la souffrance. Il est co-animé par la présidente et une psychologue,

Chaque nouveau participant est reçu préalablement, en entretien privé, par Thérèse HANNIER. C'est ainsi que 15 entretiens ont eu lieu en 2016, s'ajoutant à tous les autres entretiens du service d'accueil

Dix réunions ont eu lieu en 2016, rassemblant à chaque fois en moyenne de 8 à 16 parents.

Les mères sont majoritaires à ces rencontres et certaines font spécialement le déplacement pour venir à Paris, parfois de régions éloignées. Espace de libre parole, chacun peut exprimer, sans crainte de jugement, ses ressentis et ses interrogations. Toute barrière sociale ou culturelle est levée et leurs relations s'établissent dans le plus grand respect de l'autre.

L'une de ces rencontres, en mai 2016, a été filmée et des extraits ont été recueillis pour en faire une vidéo de 14 mn, visible sur notre site www.phare.org.

Cette vidéo présente également des témoignages émouvants de parents meurtris par le suicide d'un enfant. Leur douleur est palpable et leur pudeur remarquable. Ils transmettent leur émotion et en même temps leur message d'espoir : la vie est possible après.

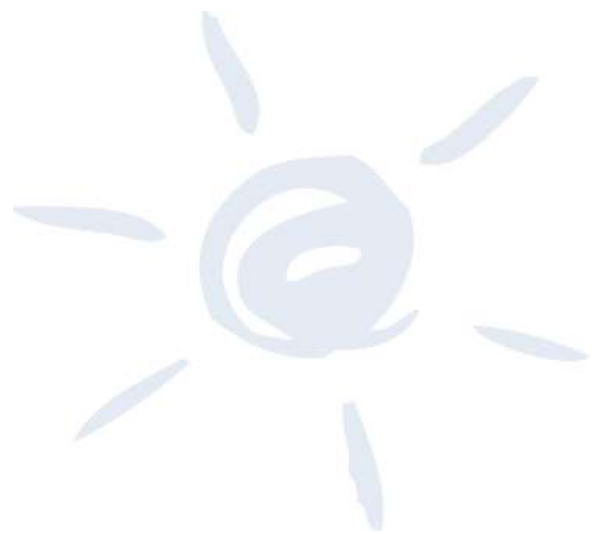
Un groupe d'échange :

Quelques-uns de ces parents, ayant déjà effectué un cheminement de deuil avec le premier groupe, se rencontrent depuis décembre 2010 dans le but de concrétiser les projets qu'ils ont en commun autour de l'écriture notamment. Une douzaine de volontaires se sont réunis de façon autonome dans les locaux de l'association, créant entre eux un lien solide d'amitié.

En dehors de ces rencontres, des moments partagés en d'autres lieux et des contacts par mails permettent des échanges particulièrement fructueux, alliant solidarité et convivialité.

Leur travail est maintenant abouti sous forme d'un ouvrage collectif rassemblant leurs témoignages.

Ils l'ont appelé «**VIVRE AVEC**» et sera édité en 2017 sous l'égide de PHARE Enfants-Parents.





5 - ÉDITIONS ET SUPPORTS DE COMMUNICATION

De nombreux dépliants ont été créés et diffusés pour promouvoir les actions de PHARE Enfants-Parents et informer les publics ciblés (parents et jeunes) sur certains thèmes tels la prévention du suicide et les effets néfastes du cannabis, un des facteurs déterminants dans les passages à l'acte suicidaire.

Deux guides et 2 CD ont été édités par PHARE Enfants-Parents :

- "REPÈRES POUR UNE ATTITUDE ÉDUCATIVE"
- "DIFFICILE ADOLESCENCE, signes et symptômes de mal-être"

Les deux CD sont toujours disponibles : "VIVRE" variétés françaises avec deux chansons de Francis Cabrel. "L'ENCIELLEMENT" remarquable œuvre créée et interprétée par Michel ESTELLET-BRUN, organiste à PARIS.

Outre ces documents, l'association s'est dotée de 3 vidéos :

- "DOMINOS" court-métrage réalisé en 2008 par des élèves d'un lycée de Versailles, ce film de 12 mn sert de support pédagogique lors de nos interventions en milieu scolaire. Il permet de susciter davantage l'intérêt des élèves et leur participation à la réflexion. Il a pour message essentiel que l'on peut changer le cours des choses si, entre camarades, on porte une attention à l'autre et que l'on fait intervenir une personne adulte, en l'occurrence à l'école, l'infirmière scolaire. Il doit aider les jeunes à reconnaître et à ne pas minimiser les symptômes de mal-être, ainsi qu'à favoriser le dialogue.

- Film de présentation de PHARE Enfants-Parents

Réalisé à l'occasion du colloque du 28 mai 2009, ce film de 13 mn présente l'association en partant de l'historique, intégrant des images filmées d'interviews ainsi que celle de Philippe JEAMMET, psychiatre, membre du Comité de Parrainage de l'association. Il est destiné à promouvoir des actions de PHARE Enfants-Parents lors de conférences ainsi que sur le site internet.

- Film sur le groupe de parole

Une séance du groupe de parole a été filmée en mai 2016 pour en extraire quelques passages et recueillir des témoignages de parents dont l'enfant s'est suicidé. Séquence poignante qui montre la douleur de ces parents exprimée avec beaucoup de pudeur et de dignité. Ce film démontre l'importance et les bienfaits du groupe de parole ainsi que le rôle salvateur de PHARE Enfants-Parents.

Cette vidéo de 13 mn est mise en ligne sur notre site.

■ NOUVEAUX VISUELS, NOUVEAUX DÉPLIANTS ET AFFICHES

Rappelons qu'en 2015, nous avons décidé de renouveler la présentation de nos supports de communication. Ainsi, le dépliant de l'association a été complètement modifié, offrant en première de couverture le visage d'un jeune dont l'expression dénote un mal-être.

Deux visages et deux messages sont proposés : une jeune fille avec un message «votre enfant vous inquiète» et un jeune homme, avec «un jeune vous inquiète». L'un visant les parents, l'autre ciblant tous les acteurs en contact avec les jeunes.





6 - PHARE ET LES MÉDIAS

La communication médiatique a toujours été considérée par l'association comme étant indispensable. Ainsi, depuis sa création, PHARE Enfants-Parents s'est régulièrement manifestée auprès des médias, instaurant ainsi un lien lui ouvrant l'accès à des plateaux télévisés ou de radio. Néanmoins, ses moyens financiers ne lui permettent pas de s'offrir des campagnes de communication sur les chaînes télévisées, lesquelles seraient pourtant nécessaires pour sensibiliser l'opinion publique à la problématique du suicide, pour lever le tabou et pour mieux faire connaître les services que nous proposons.

En 2016, 2 communiqués de presse ont été diffusés par les soins d'une agence de presse :

Le 3 février avec le titre «*PHARE Enfants-Parents ouvre un site d'information pour aider à l'interprétation des comportements de mal-être et ainsi à éviter le geste suicidaire*». Cette communication coïncidait avec la journée nationale de prévention du suicide qui a lieu chaque année le 5 février.

Le suivant a été diffusé la veille de la Journée mondiale de prévention du suicide qui se tient chaque année le 10 septembre.

Le 9 septembre : «*PHARE Enfants-Parents recense une augmentation des messages d'appels à l'aide chez les parents*».

Ces actions de communication ont donné lieu à de nombreux articles parus dans la presse écrite :

A signaler une interview de Thérèse HANNIER pour un site «*Réussirmavie.net*». L'article publié en février 2016, destiné aux jeunes de 16-25ans, était intitulé «*le mal-être, la déprime, comment réagir ?* ». Il a donné lieu à de nombreuses réactions de très jeunes enfants tels : «*j'avoue être rassurée de ne pas être seule à déprimer...* » Anonyme de 12 ans.

■ Message aux politiques

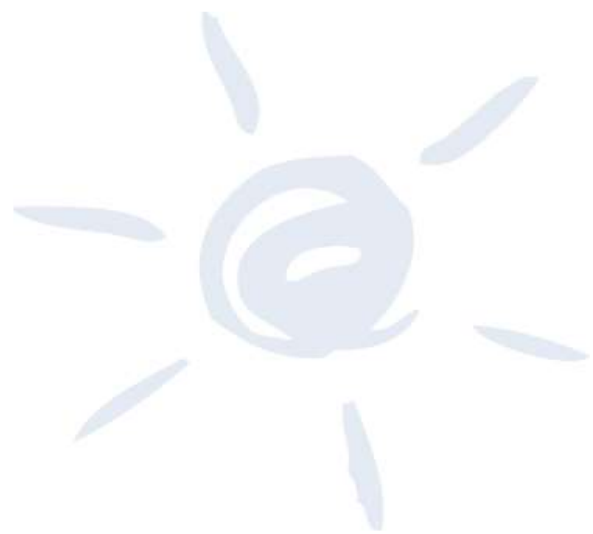
A l'approche de la campagne de l'élection à la présidence de la République, une «**lettre ouverte aux candidats à la présidentielle 2017**» a été diffusée aux candidats et aux médias. Vous pouvez la consulter sur le site www.phare.org.

3 thèmes abordés :

- 1 - Le suicide n'est pas une fatalité et ne doit pas rester tabou.
- 2 - La prévention doit passer par une prise de conscience politique et collective
- 3 - Réorienter et mettre en cohérence les financements.

Nous les interrogeons sur leur capacité à s'engager : Etes-vous prêts à en parler ? A prendre pour objectif de diminuer le nombre de morts à moins de 5 000 ? A mettre en œuvre des actions nationales et à y consacrer les budgets nécessaires ?

Nous savons que les candidats sont très sollicités mais nous restons résolument optimistes sur la portée positive d'une telle démarche.





7 - WWW.PHARE.ORG/FACEBOOK

www.phare.org

De nombreux appels, courriers, commandes de guides ou d'adhésions parviennent grâce à notre site. Sont publiés de nombreuses informations, des textes des interventions faites dans le cadre de conférences, ainsi que des vidéos. Par ailleurs, les jeunes, qui n'arrivent pas à s'exprimer au téléphone, préfèrent le mail et des relations suivies s'instaurent avec certains d'entre eux qui vont mal, voire très mal. C'est vrai aussi pour certains parents, trop noyés dans leur souffrance. Voir le chapitre sur le Service d'accueil et d'écoute.

Un nouveau site, mis en ligne en octobre 2015 a été réalisé grâce au soutien de l'INPES (Institut National de Prévention et d'Éducation à la Santé), devenu en 2016 Santé Publique France.

Non seulement le visuel a été entièrement modifié mais le contenu complété d'informations nouvelles constituées de fiches thématiques sur différents signes de mal-être.

Exemple d'une fiche

PHARE
Enfants-Parents
La voie de la Vie

TROUBLE BIPOLAIRE
Extrait de fiches «tout public» disponibles sur www.phare.org

Qu'est-ce que c'est ?

- Le trouble bipolaire est un état psychique marquant une dépression, se manifeste par des variations extrêmes de l'humeur.
- Il se caractérise par une alternance d'épisodes dépressifs et d'épisodes maniaques.
- Certains événements extérieurs stressants peuvent considérablement aggraver ces fluctuations de l'humeur.
- Le risque suicidaire est prévalent dans cette pathologie.

Les dangers, les risques

- Les phases dépressives ou les épisodes de la vie
- Les addictions et dépendances
- Les pathologies psychiatriques, les troubles de comportement, les maladies graves
- Le déni de la maladie par l'individu
- Difficulté à diagnostiquer le trouble de la maladie

Le versant dépressif même peut précipiter vers le passage à l'acte suicidaire les troubles bipolaires figurent parmi les causes de suicide.

La parole d'expert (Dr HANTELON, psychiatre, spécialisé dans les troubles bipolaires et les troubles obsessionnels compulsifs).

« Il est important pour les patients bipolaires de comprendre de quoi ils souffrent et comment ils doivent être traités. Il est important pour les proches bipolaires de comprendre leur situation et leur rôle dans la vie de leur proche bipolaire. Le traitement de jour et de la relation de la personne face à son trouble, et le patient peut ne vouloir pas travailler ou travailler à ne pas se laisser complètement, et des difficultés à suivre ses soins et respecter les règles d'hygiène de vie, et de ne pas faire ses difficultés de la vie, des événements qui déclenchent les épisodes dépressifs et surtout à se projeter dans l'avenir. »

Nos actions

- Accueil et écoute
- Accompagnement des parents
- Intervention en milieu scolaire
- Diffusion d'informations
- Remboursement de l'expertise

Un espace d'accueil sur rendez-vous
5 rue Guiseppe - 75012 PARIS
Une ligne d'écoute : 01 43 46 00 82
vivre@phare.org
www.phare.org
PHARE Enfants-Parents

Le contenu, déjà très dense, est enrichi d'une vingtaine de "fiches prévention" avec la parole d'un expert du monde médical ou scientifique.

Le but est de faire largement connaître les signes de mal-être pour mieux les repérer et éviter ainsi les passages à l'acte.

Ces fiches thématiques sont conçues dans le même esprit que le guide "DIFFICILE ADOLESCENCE" avec des attitudes à préférer et à éviter. Il s'agit d'adapter les éléments d'information à l'outil internet et au format Smartphone. La tâche est importante et a nécessité la mobilisation de nombreux acteurs de PHARE Enfants-Parents depuis 2014.

Un comité de rédaction de 4 personnes s'est régulièrement réuni. Cette action est soutenue financièrement par une association d'entreprise.

Belle initiative qui ajoute un niveau supérieur à notre démarche préventive.

Les « fiches prévention » sont structurées sur le même modèle :

- Définition
- Qui est concerné ?
- Risques et dangers
- Les signes d'alerte
- Que faire ?
- Attitude à éviter, à préférer
- Parole de l'expert
- Aides possibles
- Bibliographie.

Elles ont été conçues dans le but de vulgariser les signes de mal-être, d'aider les parents ou toute personne confrontée à la souffrance d'un enfant, afin d'éviter les passages à l'acte.



Deux groupes fermés permettent des échanges sur les mêmes préoccupations : après le suicide d'un enfant ou le suicide d'un proche, d'une sœur ou d'un frère.

Le groupe «PHARE Enfants-Parents» comptait 250 membres à fin décembre 2016. Celui qui est proposé depuis le début de l'année 2016 aux proches «PHARE fratrie et proches» en comptait 45. Ceux-ci sont très actifs au quotidien et révèlent un fort courant de solidarité entre les membres qui, spontanément, apportent leur soutien à ceux qui manifestent leur tristesse ou inquiétudes.



8 - SOUTIENS FINANCIERS

Le budget de l'association est constitué de cotisations et de dons de particuliers, mais aussi principalement des subventions et soutiens financiers des institutions et organismes suivants pour 2016 : **Santé Publique France, CAF de PARIS, Mairie de Paris, Fondation DUMESTE, Fondation BOUYGUES Télécom et PFG.** D'autres organismes répondent ponctuellement selon les projets.

En 2014, une subvention a été accordée pour la première fois depuis sa création par la DGS (Direction Générale de la Santé) non renouvelée en 2015 et 2016. De même que l'ARS (Agence régionale de Santé) d'Ile-de-France qui a attribué une subvention en 2015 et non en 2016.

C'est grâce à la fidélité de ses adhérents et de ses donateurs, ainsi que de ces financeurs, que l'association peut poursuivre sa mission.

Vous êtes tous remerciés très chaleureusement.

Votre concours nous est précieux.

Modif le 27/04 LM





Association de prévention
du mal-être et du suicide des jeunes

Ligne d'écoute
01 43 46 00 62

PHARE ENFANTS-PARENTS
5 rue Guillaumot - 75012 PARIS
01 42 66 55 55

www.phare.org