



Association Christophe

Pour prévenir le suicide des jeunes

LA VIE AVANT TOUT

Bulletin N° 22

Janvier 2015

Dans ce numéro :

L'encre verte	P 2
La règle des 3-6-9-12	P 2
Code Européen PEGI	P 2
Calendrier 1° Semestre	P 3
En cas de doute	P 3
Nouvelles de nos Relais	P 3
Texte de M. GAGNON	P 4

A Méditer

« Il y a des maux effroyables et d'horribles malheurs où l'on n'ose penser, et dont la seule vue fait frémir.

S'il arrive que l'on y tombe, l'on se trouve des ressources que l'on ne se connaissait point, l'on se raidit contre son infortune, et l'on fait mieux qu'on ne l'espérait ».

La Bruyère
(Les Caractères)

Le mot de la Présidente

Chers tous,

Pour ce bulletin, nous avons décidé de réfléchir sur la formidable richesse de nos ressources intérieures, bien souvent méconnues de nous-mêmes mais qui, parfois peuvent être perturbées par des agressions caractéristiques de notre époque, notamment dans le domaine de la communication par le Net.

Plusieurs émissions de radio et de télévision ont dernièrement été diffusées sur ce sujet d'actualité.

- Certains auditeurs nous disent que les jeux électroniques « adultifient » les enfants dans leur comportement.
- Certains parents, utilisant les nouvelles technologies au travail, sont heureux de voir leurs jeunes échanger par le jeu électronique en « mode projet ».
- Certains autres témoignent de l'apport de ces jeux, tels que la pratique d'une autre langue, le fait de considérer en simultané plusieurs domaines jusqu'alors méconnus, le travail en équipe, les réactions face à des situations méconnues...

Ce constat existe, mais où sont les limites ? Comme dit Michael STORA (cinéaste et psychanalyste) « ... c'est vrai, ce peut être une ouverture vers des mondes différents et même ce peut être comme un antidépresseur. Mais, il faut faire attention. Ce n'est pas forcément le nombre d'heures passées devant son écran qui prime, c'est plutôt la rupture des liens sociaux qui peut en résulter, comme par exemple ne plus participer au repas du soir en famille. Sachez qu'il existe un système normalisé de surveillance des jeux*, et aussi des conseils pour les parents formulés dans un livre**, et bien des articles sur ce sujet ... ». A chacun de nous à être vigilant.

Notre équipe s'unit pour dire à chaque parent qu'il est fondamental de dialoguer avec ses enfants sur ces nouveaux modes de communication (entre autres) afin d'instaurer une confiance mutuelle, puis de continuer à dialoguer, même si certaines situations semblent bloquées.

Cordialement.

Rose-Marie VILAFRANCA

* voir le système normalisé PEGI en page 2

** voir la règle des 3-6-9-12 en page 2

Témoignage

« Chère Madame,

Je lis toujours avec plaisir votre bulletin.

Je me réjouis du développement de votre association et de sa reconnaissance par le secteur enseignant.

Plutôt que la théorie du genre ou autres délires d'intellectuels bobos, le message que vous portez mérite respect et intérêt.

Bravo. Il faut continuer.

Je reste à votre disposition.

Meilleurs sentiments. »

Maître Jean-Pierre BINON

L'Encre verte

Madame, Bonjour,

Je voudrais par cette carte vous faire part de mon changement d'adresse. Nous nous sommes rencontrées à l'IFSI Saint Joseph, vous y êtes intervenue à plusieurs reprises, ainsi qu'à l'IFSI Houphouet Boigny.

Ma vie se déroule à présent en Saône et Loire, c'est un choix de vie. Je vous souhaite une bonne continuation. Peut-être pouvons-nous rester en contact par mail, afin que je suive vos interventions.

Bien à vous.

Chantal CASASSA » (Chargée de formation en IFSI)

La réception de cette carte nous conforte et nous encourage dans nos actions.

DEMANDE :

- **DE RENSEIGNEMENTS**
- **D'INTERVENTIONS**

Contacter le mardi ou le jeudi :

Simone CARADOT

☎ 04 91 81 27 60

En cas d'absence, laisser un message sur le répondeur.

La REGLE DES « 3-6-9-12 »

(établie par Serge TISSERON, dans son ouvrage « Approvoiser les écrans et grandir » paru en octobre 2013)

«Les jeux vidéo et l'ordinateur sont d'extraordinaires supports de divertissement et d'éducation si on les découvre dans de **bonnes conditions**. C'est pourquoi j'ai établi la règle des 3-6-9-12 afin de donner aux adultes des repères pour 4 étapes essentielles de la vie des enfants : l'entrée en maternelle, l'entrée en CP, la maîtrise de la lecture-écriture, l'entrée au collège ».

«Dès son plus jeune âge, il faut dire clairement à l'enfant « Tu regardes ce programme pendant 15 minutes » ; puis quand la durée est écoulée « c'est terminé, maintenant on fait autre chose ». Ainsi, l'enfant intériorise peu à peu la notion de temps, et il sera plus facile de passer des contrats avec lui plus tard du type « Tu disposes d'une heure d'écran, à toi à répartir cette durée comme tu veux ». De plus, si ensuite on demande à l'enfant de raconter ce qu'il a vu, son intelligence narrative et sa mémoire vont se développer en cherchant les mots et construisant des phrases sur les images qu'il a enregistrées. »

< 3 ans : les écrans sont plutôt une gêne au développement, alors y jouer avec lui 10 minutes/jour.

< 6 ans : ½ heure/jour suffit sur une console familiale, pas de console personnelle et pas de journal télé trop impressionnant.

< 9 ans : 1 heure/jour maxi ; respecter les âges recommandés par la télé et inscrits sur les jeux internet. L'adulte commencera à en expliquer le fonctionnement (menu « Vinz et Lou » sur www.internetsanscrainte.fr).

< 12 ans : entre 1 heure (9 ans) et 2 heures (12 ans) d'écran. Si l'enfant va sur Internet, l'accompagner.

LE CODE EUROPEEN « PEGI »

Ci-dessous, les pictogrammes du système européen PEGI relatif aux jeux électroniques, donnant la classification par âge et par danger d'utilisation, figurant au dos de l'emballage, et destinés aux acheteurs. Le geste d'offrir un jeu électronique n'est pas anodin, et ces pictogrammes peuvent valablement conseiller.



Pictogrammes relatifs aux âges conseillés



Violence



Grossièreté



Peur



Discrimination



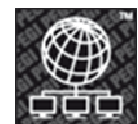
Drogue



Sexe



Jeu de hasard



En ligne

Soyez prudents car souvent les étiquettes de prix masquent les motifs inscrits

Calendrier du 1er Semestre 2015

Manifestation

Cette année, la Journée Nationale de **Prévention du Suicide**, organisée par l'UNPS à Paris aura lieu le 5 Février au Ministère de la Santé sur le thème :

« Prévention du suicide : un monde connecté ? »

Groupes de parole

- Samedi 17 janvier
- Samedi 14 février
- Samedi 21 mars
- Samedi 11 avril
- Samedi 23 mai
- Samedi 13 juin

RV à 9 h 30, au Bureau de l'Association Pavillon SOLARIS HOPITAL SAINTE MARGUERITE

Ce groupe de parole, pendant lequel *on écoute, on respecte, on échange*, est destiné aux personnes qui ont perdu un enfant, voire un être proche, par suicide ; mais aussi à des parents qui rencontrent des difficultés avec leurs enfants, ou qui ont des enfants suicidaires.

Marches

- Dimanche 18 janvier
- Dimanche 15 février
- Dimanche 22 mars
- Dimanche 12 avril
- Dimanche 24 mai
- Dimanche 14 juin

Le 18 janvier, la marche se fera à La Cadière d'Azur

Si vous avez des idées de marches, n'hésitez pas à appeler Gisèle HUME (04 91 88 26 70)

Les Groupes de Parole et les Marches sont strictement réservés aux adhérents à jour de leur cotisation.

QUE FAIRE EN CAS DE DOUTE ?

- **Au moment de l'achat d'un jeu :**
Se référer aux pictogrammes de la classification européenne PEGI inscrits à l'arrière de l'emballage (expliqués page 2), souvent cachés par l'étiquette du prix.
- **Expliquez à vos enfants comment réagir à un comportement répréhensible « en ligne » :**
Si vos enfants jouent avec quelqu'un qui est hostile, leur met la pression pour révéler des informations personnelles, ou leur envoie des documents choquants, ils doivent l'ignorer, lui demander d'arrêter, ou le bloquer.
- **Signalez immédiatement toute menace sérieuse :**
Si l'enfant est en danger imminent ou que quelqu'un menace, harcèle ou incite l'enfant à faire une rencontre en personne, appelez la police locale. En cas, signalez tout comportement et contenu inapproprié au service de jeu (par exemple, sur la Xbox 360, on peut déposer une plainte en faisant : enforcement.xbox.com/.../HowTo)
- **Créer des mots de passe forts.**

NOUVELLES DE NOS RELAIS

GRENOBLE

Bravo à l'équipe de Grenoble et à son manager super dynamique, Marie-Claude, qui réunit tous les membres de son équipe un jour par mois pour travailler.

L'agrément du rectorat est venu couronner les premières interventions réussies et redemandées, ainsi que tous ses efforts.

TOULOUSE

Une équipe s'est formée autour de Roger, rassemblant des compétences diverses et très intéressantes, sur laquelle nous fondons tous nos espoirs, car le plus difficile est le démarrage.

Tous nos encouragements à chacun.

Bulletin N° 22
Janvier 2015

HOPITAL SAINTE MARGUERITE
Pavillon SOLARIS
270 Bd Sainte Marguerite
13009 MARSEILLE

☎ 04 91 81 27 60

les mardis et jeudis

Mail : ass.christophe@wanadoo.fr

La Vie avant tout

Retrouvez-nous sur le web :
www.christophe-lavieavanttout.com

LA VOIE

Rendu au milieu de ma vie,
J'ai cherché à savoir « à quoi ça sert la vie ? »
J'ai cherché dans les sports et les voyages,
J'ai cherché dans la politique et les performances,
J'ai cherché dans les religions et les livres,
J'ai cherché dans le travail acharné et le luxe,
J'ai cherché de toutes les façons,
J'ai même cherché des façons de chercher.

Un beau jour, j'ai trouvé sans chercher.
J'avais cherché si loin, à l'extérieur, dans les autres.
J'avais cherché l'impossible pour m'apercevoir qu'il n'y avait rien à trouver.
On le possède tous à l'intérieur de nous.

Maintenant que je sais que la vie est faite de petits et de grands moments présents.
Maintenant que je sais qu'il faut se détacher pour aimer plus fort.
Maintenant que je sais que le passé ne m'apporte rien.
Maintenant que je sais que le futur me fait parfois souffrir d'angoisse et d'insécurité.
Maintenant que je sais qu'on n'a pas besoin de voyager dans l'astral pour être heureux sur cette terre.
Maintenant que je sais que la bonté et la simplicité sont essentielles et que pour rendre les autres heureux, je dois l'être d'abord.
Maintenant que je sais qu'on peut aider les autres surtout par l'exemple et le rayonnement.
Maintenant que je sais que l'acceptation est un gage de bonheur et que la nature est mon meilleur « Maître ».
Maintenant que je sais : la réponse vient du même endroit que la question.
Maintenant que je sais que je vis,
Alors maintenant je vis tout simplement...

Un ami canadien, Marcel GAGNON

Très chers amis,

A l'aube de cette nouvelle année 2015,
toute l'équipe de l'Association Christophe
se joint à moi pour vous souhaiter une
bonne santé et beaucoup de petits mo-
ments de sérénité, entourés de ceux que
vous aimez.

Rose-Marie Vilafranca



NOS PARTENAIRES



NOS SPONSORS PRIVÉS