

Un jour en ville

LES INDISCRETS

Altéo : des riverains dénoncent le non-sens de la campagne de prélèvement des poussières à l'automne...

Surpris que l'impact des poussières de bauxaline n'ait pas été pris en compte dans l'étude menée par le BRGM (Bureau de recherches géologiques et minières) au printemps dernier, des riverains proches de Mange-Garri, site de stockage des déchets de l'usine d'alumine à Bouc-Bel-Air, avaient interpellé à plusieurs reprises le préfet sur "cette lacune". Le 9 octobre dernier, ils ont eu la surprise de recevoir la visite d'ingénieurs du BRGM leur demandant l'autorisation de procéder à une campagne de prélèvements, chez eux, de ces poussières pendant les mois d'octobre et de novembre. "Les mois choisis par le BRGM sont des mois bien connus pour leur humidité et donc exempts de poussières en raison de la pluviométrie abondante. En conséquence, je considère que prélever ces poussières inexistantes durant ces mois n'a aucun sens et ne saurait être une base de modélisation fiable pour évaluer les risques sanitaires que représentent les envois de cette décharge", déplore le plus proche riverain du site dans un courrier adressé au préfet, signifiant son refus de participer à cette campagne et lui suggérant de prendre en compte les travaux du CNRS OHM-BMP.

L'Afrique, enfer et eldorado

Mardi 17 novembre, à 18h à Sciences po, Anne-Cécile Robert, docteur en droit, directrice des relations et des éditions internationales du Monde Diplomatique, responsable des pages Europe et Afrique, animera une conférence-débat sur le thème "L'Afrique, enfer et eldorado". L'Afrique est à la mode. Derrière l'enthousiasme de Jacques Attali ou d'Anthony Blair se cache aussi la promotion d'intérêts purement économiques. Dans le même temps, les États africains se désendettent, retrouvent des marges de manœuvre. "Si les classes dirigeantes n'ont d'autre boussole que les exigences de la mondialisation libérale, les mouvements sociaux se développent, les revendications démocratiques prospèrent. Ces remous dessineront-ils les premiers traits d'une Afrique proprement africaine?"

À l'IEP, 25 rue Gaston-de-Saporta, renseignements au 06 42 37 78 55. Anne-Cécile Robert est l'auteur de "L'Afrique au secours de l'Occident", aux éditions de L'Atelier.



Par Nadia TIGHIDET/Photos Serge MERCIER
ntighidet@laprovence-presse.fr

Un enfant, un mari, une épouse, un parent... Parce que leur cancer est un peu devenu le nôtre, jusqu'au bout de nos forces, on les accompagne. Parce qu'au passage, on a fini par s'égarer soi-même, parce qu'on vit avec la terreur sourde de la perte. Et parce que des fois, on est fatigué, on en a marre et que ça, on ne peut le dire à personne.

Installé aux Milles, en plus de l'accompagnement qu'il propose aux personnes atteintes d'un cancer, le Centre Ressource a développé un programme pour leurs proches. En groupes de parole, ils débattent tout, s'essaient à la sophrologie, apprennent à gérer leur stress et leurs émotions, trois heures tous les quinze jours pendant six mois. "C'est un lieu où on peut tout dire sans jugement, décrit la douce référente du programme,

Aurélié Delamare. *Le plus souvent, les personnes se sont tellement approprié la maladie de leur proche qu'elles ne disent plus 'je' mais 'on'. Le but, c'est de les aider à se replacer au centre de leur vie.*" Ouvert depuis quatre ans, le centre Ressource, c'est aussi 130 bénévoles, thérapeutes, ostéopathes, Joëlle à l'accueil, le directeur Ahmed, le créateur du centre le Dr Jean-Loup Mouysset... Y passer une journée relève d'une sérieuse leçon de vie.

JEAN-MARC A TROUVÉ UNE AIDE POUR AFFRONTER LA MALADIE DE SA COMPAGNE

"Bonjour, je viens déposer ma tenue de Rambo"

Ce matin ressemble à tous les matins du monde. Jean-Marc court partout dans Aix, des dizaines de rendez-vous à honorer sur son agenda de ministre. Mais il veut prendre ce temps-là, se poser un quart d'heure pour nous dire: "Je veux témoigner pour que mon expérience serve à d'autres. Que les gens sachent que ça existe, un endroit où on peut venir dire qu'on se sent faible."

Et il se trouve qu'un jour, Jean-Marc a dû reconnaître qu'il se sentait faible. "Lorsqu'on a annoncé à ma compagne qu'elle avait un cancer du sein, il n'y avait aucune question à se poser. C'était l'action, l'action, l'action... L'opération, la chimio, la gestion du quotidien, les questions pratiques, ça a duré un an. On pense qu'on est fort, qu'on encaisse, mais en vérité, cette étape vous affaiblit, vraiment beau-



coup. J'avais besoin de déposer le costume de Rambo. Ma compagne a suivi le 'Ppact' au centre Ressource et c'est là que j'ai appris qu'il y avait un programme destiné aux proches des personnes atteintes d'un cancer."

Voilà un lieu où il allait pou-

voir dire tout ce qu'il n'a jamais pu dire à sa famille, ni aux plus proches de ses amis et encore moins à sa compagne. Le changement de ce corps qu'on connaissait si bien, et puis la peur aussi. "Je sentais le danger et je me posais beaucoup de ques-

tions sur l'avenir, si le pire devait arriver. Dans mon entourage, je ne pouvais parler de ça à personne." Dans le groupe qu'il intègre au centre Ressource, certains vivent la même épreuve, d'autres sont confrontés à la maladie d'un parent ou d'un enfant. "Là, vous pouvez enfin parler, parce qu'autour de la table, il y a des gens qui, mieux que personne peuvent comprendre ce que vous êtes en train de dire. Ce qui est étonnant, c'est qu'on était là pour apprendre à dire 'je', parler de nous en tant qu'individu et finalement, on parlait plus de la personne qu'on accompagne... Ce n'est qu'ensuite, au fil des séances, qu'on s'est permis de dire 'Nous'. Et ça m'a beaucoup aidé."

*Programme personnalisé d'accompagnement thérapeutique destiné aux personnes malades.

JOËLLE, 57 ANS, A RETROUVÉ DE L'ESPOIR

"Moi qui n'avais jamais pris un médicament, j'étais en chimio"



Le sourire lumineux de Joëlle n'a qu'une chose à vous dire: "J'ai évacué, j'ai fait la paix, je suis heureuse de vivre". À 57 ans, cette jeune grand-mère assure ne plus être la même personne depuis qu'en février 2012, à l'occasion d'une mammo de routine, on lui a annoncé qu'elle avait un cancer du sein. Agressif. "Tout s'est enchaîné très vite, l'annonce de l'opération, de la chimio... Moi qui n'ai jamais pris un médicament de ma vie, je me suis tout de suite intéressée à ce que je pouvais faire moi-même, comment je pouvais être actrice de ma santé, sans me laisser totalement aller entre les mains de la médecine". Dans la même journée, on lui parle deux fois du centre Ressource. "J'étais sûre que je ne passerai pas l'année, certaine que j'allais mourir dans les mois qui suivraient. Mais j'ai trouvé au centre Ressource une façon de prendre soin de moi et je suis allée me faire opérer finalement, avec un espoir derrière."

Les résultats de la première opération ne sont pas satisfaisants, on annonce à Joëlle qu'il faut entièrement retirer son sein... "Dès que j'ai pu, je suis revenue au centre Ressource où j'ai obtenu

l'intégration dans un groupe du Ppact. Peu à peu, j'ai pris conscience d'une chose: Avant mon cancer, j'étais très stressée, fatiguée, je ne cessais de me dire: 'Il faudrait que je fasse quelque chose pour moi'. Je sentais que je n'étais pas en phase avec ma personne mais vous savez, j'ai été élevée dans une famille où aller voir un psy n'était pas dans les coutumes... Avec ce cancer, je me suis obligée à le faire, à suivre des ateliers de soins esthétiques, de massage, de réflexologie plantaire, tout ce que je n'avais jamais fait jusqu'alors et j'ai changé de vie, je ne suis plus la même personne."

Rémission? Guérison? Ces mots ne font pas partie du vocabulaire de Joëlle. Avec elle, on n'entendra parler que de "vie dans le moment présent. J'ai appris à reconnaître les situations qui me mettent dans un état de stress, j'ai appris à évacuer." Aujourd'hui, c'est à son sourire qu'on a droit lorsqu'on passe la porte du centre Ressource. Joëlle y est bénévole, à l'accueil certaines demi-journées, et puis elle prépare le colloque qui se tiendra le 21 novembre au Pasino.

N.T.

LES PROGRAMMES

Remettre

Observez-là, cette ribambelle d'âmes qui s'active dans le hall du centre Ressource: ici à un cancer, qui est guéri, qui est en récidive, qui est le boss, qui est bénévole? Je vous le donne en mille. Et puis d'abord on s'en fout. Et puis d'abord, qu'est-ce que ça change? "On est tous sur le même bateau. Le jour où je me présenterai par ma fonction, c'est que je me serai égaré", jure Ahmed Rachid, en sortant les poubelles. (Sa fonction, c'est 'directeur du centre', fermez la parenthèse).

Alors, c'est pas le monde de Oui-Oui, non non. C'est pas les Bisounours non plus. Les gens ont passé cette porte parce qu'ils ont un cancer. Or ici, on est certain d'une chose: il y a la maladie, mais il y a aussi le malade... Le centre Ressource ne s'occupe pas du premier, mais du second. "L'idée est de se demander comment on peut faire pour remettre l'humain au centre du soin, donner une existence à une personne alors même qu'elle vit avec la maladie, précise Jean-Loup Mouysset, oncologue médical et créateur du centre. Même si on a envie de penser à l'après, à la guérison espérée, en attendant il y a ce cancer et il faut vivre avec, le mieux possible."

Prendre soin de soi, comprendre sa maladie, l'accepter, faire du sport, s'alimenter de façon adaptée, bénéficier de soins de mieux-être, ça passe par tout plein de choses... La sophrologie, le massage, les soins de beauté, le hammam, la cuisine, ça passe par la parole, mais on peut se taire aussi. On se nourrit des autres. On va chercher en soi des ressources qu'on croyait tuées, qu'on croyait mortes; on médite, on éclate de rire ou en sanglots, c'est selon. On va à la piscine, on fait de la danse, du renforcement musculaire, on reçoit des conseils sur les perruques, on fait de la réflexologie plantaire, du chant, du sport. Il y a sur le centre Ressource une trentaine d'activités que fréquentent 350 personnes par semaine, un pôle réservé aux enfants malades et quatre programmes personnalisés d'accompagnement thérapeutique (Ppact), élaborés par Jean-Loup (...)

Idées SORTIES

597071



Hotbrass

Aix en Provence
Pizza / viandes au grill
Piscine - Transat - Terrasse
Ouvert 7/7 midi et soir

1857 chemin d'Eguilles
13090 Aix en Provence
04 42 96 06 23
Événements et infos
www.hotbrass.fr



La Brochérie

De savoureuses grillades cuites au feu de bois dans notre grande cheminée.
Spécialités: andouillette 5A, rognons de veau, côte de bœuf, magret, grosses gambas, loup, st pierre, etc...

5, rue Fernand Dol Aix en Provence
(à côté du Cours Mirabeau)
Mail: brochier@wanadoo.fr
Site: labrocherieaix.com
Tél: 04 42 38 33 21

49901

601936

ORGANISÉ PAR LaProvence

LES 8 JOURS DE L'IMMOBILIER DU 24 au 31 OCTOBRE 2015

VOUS AVEZ LE POUVOIR D'ACHETER !

Conseils, aides, avantages... pour faciliter votre accession à la propriété

www.8joursimmo.com

OFFRES EXCEPTIONNELLES à découvrir sur place

En partenariat avec

CREDIT FONCIER GRAND Littoral MORISSE PROVENCE Alinéa T. B. B. B.

C. Cial Grand Littoral 13015 MARSEILLE