

## PHARE Enfants-Parents



- Créée en 1991, par une mère frappée par le suicide de son fils, PHARE Enfants-Parents a pour objectif de prévenir le mal-être et le suicide des jeunes.
- Association d'intérêt général, apolitique et non confessionnelle, elle est composée de plus de 800 membres de tous horizons situés partout en France, pour la plupart directement concernés par le suicide.
- ◆ Elle est reconnue et soutenue par les pouvoirs publics et fait partie d'instances nationales.
- ◆ Son Comité de Parrainage est composé de personnalités et de psychiatres de renom.

**Rejoignez-nous,  
nous vous aiderons à vous  
réconcilier avec la vie.**

**ADHEREZ !**

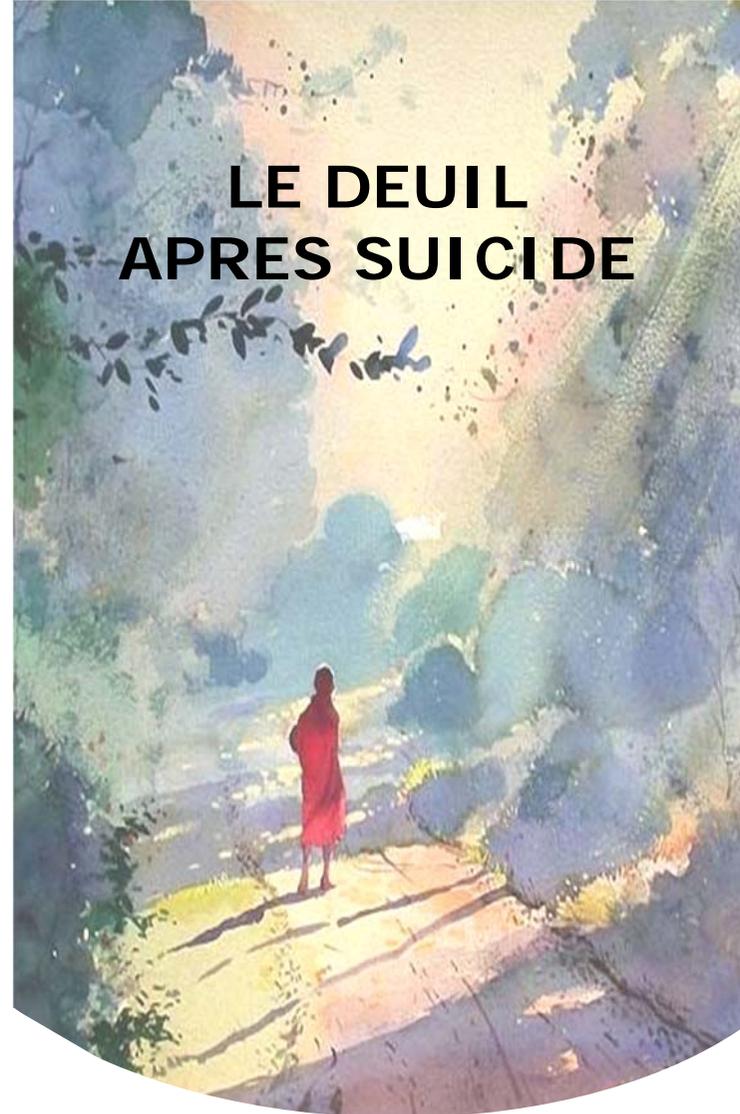


Prévention du mal-être et du suicide des jeunes

**Rejoignez-nous !**



**Un espace d'accueil sur rendez-vous**  
5 rue Guillaumot – 75012 PARIS  
Métro : gare de Lyon, sortie n°9 - bus  
Tel : 01.42.66.55.55  
**Une ligne d'écoute : 01 43 46 00 62**  
[www.phare.org](http://www.phare.org)  
Facebook :  
PHARE Enfants-Parents  
PHARE Fratrie et proche



**Ligne d'écoute**  
01 43 46 00 62

[vivre@phare.org](mailto:vivre@phare.org)  
[www.phare.org](http://www.phare.org)



**PHARE**  
Enfants-Parents  
*La voie de la Vie*

Prévention du mal-être et du suicide des jeunes

# Le suicide d'une personne est vécu comme un drame insurmontable.

## Mais vous n'êtes pas seuls.



### Une souffrance indicible

- Le manque vécu comme une amputation,
- Sentiment de culpabilité, d'impuissance et parfois de honte,
- Colère contre soi et autrui,
- Sentiment d'échec,
- Perte de repères,
- Comportements à risque : refuge dans la solitude ou la consommation de produits,
- Etat dépressif,
- Refus de l'aide des autres ou d'un psychothérapeute.



### Un avant... Et un après...

- Le regard sur la vie, la mort, sur la société est complètement changé.
- **Le deuil après suicide a ses spécificités :**  
On ne fait jamais le deuil d'un suicidé.  
«Faire son deuil», veut dire passer à travers sa douleur.
- **Il est possible de se reconstruire après...**  
Prendre soin de soi.  
Apprivoiser l'absence en construisant peu à peu un lien intérieur différent.  
Faire de sa vie à venir un témoignage et un hommage.



### Nos actions :

- **Accueil et écoute** des parents et de toute personne endeuillés par un suicide.
- **Groupes de parole** : espace de partage, d'amitié et d'entraide.
- **Diffusion d'informations** : dépliants, ouvrages, vidéos, et site internet.
- **Sensibilisation de l'opinion** : conférence, débats, émissions de radio, de télévision, articles de presse, etc...

Un **site internet** spécialement conçu pour vous aider à comprendre : Fiche Deuil  
[www.phare.org](http://www.phare.org)

#### Entretiens sur rendez-vous :

5, rue Guillaumot - 75012 Paris

#### Écoute téléphonique :

du lundi au vendredi de 10 h à 17 h



Une ligne pour vous écouter avec bienveillance, sans jugement et dans le respect de l'anonymat

**01 43 46 00 62**