



Mélanie Courteille sort un livre témoignage sur l'anorexie. Un ouvrage qui retranscrit son quotidien, lors de son hospitalisation, en 1995.

Bagnères > Ancienne anorexique, elle sort un livre sur la maladie Elle a retrouvé la faim de vivre

Mélanie Courteille a vécu avec la maladie et l'a vaincue. Dans son ouvrage, elle raconte son calvaire et sa guérison. Rencontre avec une femme courageuse.

La vie peut sembler bien étrange parfois, la mienne l'est. La croisée le chemin de l'anorexie. J'avais alors 17 ans et tout pour être heureuse, néanmoins mon mal-être était suffisamment profond pour basculer dans le gouffre de l'autodestruction ». C'est ainsi que commence "Journal d'une faim de vivre", le livre qu'a écrit Mélanie, 34 ans.

Un message d'espoir

Bagnéraise depuis moins d'un an, d'origine normande, elle est agent territorial. Sportive, elle pratiquait le karaté puis s'est mise à la marche et au Qi Gong, une gymnastique relaxante chinoise. C'est la première fois qu'elle publie un ouvrage : « Ce livre permet de témoigner et d'évacuer. Je veux donner un message d'espoir, on peut se sortir de cette maladie ». Selon elle, si elle écrit maintenant, 15 ans après, c'est qu'elle est guérie car elle accepte enfin de se dévoiler. "Journal d'une faim de vivre" est en fait la retranscription du journal quotidien qu'elle a tenu lors de son hospitalisation, en 1995 : « J'ai été mise à l'isolement dans une chambre avec

dans l'enfance, j'ai été fragilisée par le divorce de mes parents quand j'avais 3 ans et j'ai grandi sans ma mère. Mais selon moi l'élément déclencheur a été la mort de mon grand père ». Trois mois plus tard, elle sombrerait dans l'anorexie.

« La fausse impression de contrôler son corps »

Selon elle, la nourriture est associée à l'amour et au bonheur et l'anorexique, en souffrance, rejette donc tout aliment. « Au départ on nie son problème, c'est comme si on voyait une autre personne dans la glace. Bizarrement, l'anorexique prend plaisir à se priver de ses besoins alimentaires car il a la fausse impression de contrôler son corps » explique la jeune femme qui affirme cependant que, à cause de sa maladie passée, elle connaît mieux son corps aujourd'hui. À sa sortie de l'hôpital, elle a repris du poids alors qu'elle était tombée à moins de 40 kg pour une taille de 1,61m. Conséquence de l'anorexie, « La forte perte de poids affaiblit les organes et j'ai

Une maladie aux causes multiples

« C'est paradoxal car on maigrit pour se cacher des autres mais c'est aussi un cri de détresse qui leur est adressé » analyse Mélanie qui insiste sur les causes multifactorielles de l'anorexie : « Souvent elles ont leurs racines

eu des problèmes digestifs avec des aiguilles d'estomac et des remontés gastriques » se souvient-elle.

Aujourd'hui, Mélanie a repris confiance en elle : « J'aime la vie, je suis redevenue sensible aux saveurs, aux odeurs et aux couleurs des produits. Je suis gourmet et je privilégie le bio, les aliments sains ». Chose qui peut paraître incroyable, Mélanie révèle avoir « toujours aimé la cuisine, même anorexique je préparais de bons plats à mes parents mais je n'y touchais pas ! ». Adepte de plaisirs simples, elle

s'est lancée dans une formation de shiatsu et de naturopathie. Elle condamne aussi la compétition entre les gens, aggravée par la société actuelle, car la pression sociale conduit parfois aux troubles alimentaires. Sa maladie l'a poussée à vouloir aider les autres et elle prévoit de faire des interventions dans les collèges et lycées au sujet de cette terrible maladie qui touche à 90 % des femmes.

WILLIAM GACHEN

L'association

Mélanie Courteille est correspondante locale dans les Hautes-Pyrénées de l'association Anorexie-Boulimie Midi Pyrénées, basée à Toulouse. Son but est de venir en aide aux familles de gens souffrant de ces maladies.

La famille et les proches ont un rôle essentiel dans l'accompagnement des malades et dans le processus de guérison et ont donc besoin d'être soutenus. Au sein de cette structure, des familles ayant des proches anorexiques ou boulimiques pourront ainsi échanger et débattre. « Il ne faut surtout pas culpabiliser les parents car personne n'est vraiment responsable » insiste Mélanie qui tiendra un stand de l'association lors de la prochaine journée de la femme le 8 mars 2012. « Il ne faut pas rester dans l'isolement, mais en parler et accepter l'hôpital ». Pour contacter Mélanie Courteille : 06 87 37 06 34 ou par mail : coumelia@yahoo.fr

BAGNERES-DE-BIGORRE
CAMPAN
LA MUNICIPALITE

En bref

Bagnères

Car pour les supporters du Stade bagnérais rugby

L'Amicale des supporters du stade bagnérais rugby organise un car pour le déplacement à Riscle (championnat de France, Fédérale 2 et Fédérale 2B), qui aura lieu dimanche 4 décembre. Rendez-vous à 9h45 au stade Marcel-Cazenave, départ à 10 heures.

Inscriptions jusqu'au vendredi 2 décembre, midi dernier défilé, au siège de l'Amicale : café Le Florian, allées des Cousins, tél. 056291 1721. Repas au restaurant ou prévoir une casse-croûte.

Repas des aînés

Le repas à thème organisé par le Centre Communal d'Action Sociale de Bagnères-de-Bigorre et s'adressant aux aînés aura lieu le mercredi 14 décembre 2011 à 12h15, au restaurant municipal.

Il sera précédé, à 11h15, d'une animation bigourdane.

Campan

Marchés d'approvisionnement saisonniers

Les marchés d'approvisionnement saisonniers auront lieu tous les dimanches du 18 décembre 2011 au 15 avril 2012 sous la halle de Campan bourg.

Les commerçants intéressés peuvent retirer le dossier d'inscription auprès de la mairie de Campan au tél. 056291 7501 et par fax au 056291 7905

Sortie nature

Le CPIE (Centre permanent d'initiation à l'environnement) de Bigorre-Pyrénées propose au grand public une sortie nature le samedi 3 décembre de 14 heures à 17 heures.

Un animateur de l'association fera découvrir les « Hêches » en vallée de Campan. Il s'agit de anciennes prairies de fauche et de granges abandonnées.

Informations et inscriptions au 0562 95 49 67

Votre journaliste :
William Gachen
h.hitte@lasemaine-despyrenees.fr
05 62 44 44 70