

**4 heures 23 minutes et 44 secondes : c'est dans ce temps que Marjorie a achevé l'édition 2021 du Marathon de Paris.** Au-delà de cette remarquable performance, Marjorie a décidé de courir pour soutenir Suicide Écoute et pour faire passer « **un message d'espoir pour les personnes qui ont perdu un proche par suicide et qui pensent ne jamais pouvoir sortir de ce chagrin, difficilement compréhensible par les autres** ».

**Suicide Écoute : Marjorie, qu'est-ce qui vous a motivé à vous impliquer auprès de l'association Suicide Écoute via une participation au Marathon de Paris le 17 octobre dernier ?**

**Marjorie Vandenberghe :** J'ai été touchée personnellement par le suicide d'un proche. Cela a donné un but à ma participation et une motivation supplémentaire. Face à cette situation douloureuse, les proches sont souvent démunis. Moi je me suis sentie démunie alors j'ai voulu agir. C'est pour cela que j'ai pris contact avec l'association et également rencontré des bénévoles. Alors j'ai mis en place une cagnotte sur HelloAsso pour récolter des dons et donner la totalité à l'association. Je voulais contribuer de la meilleure des manières.

**SE : Comment vous êtes-vous préparée ?**

**MV :** Je me suis mise à courir il y'a moins d'1 an. Courir sans avoir de but ça ne m'allait pas : c'est comme ça que m'est venue l'idée d'un marathon. Mon ami Thibault m'a présenté un de ses amis qui faisait de la course. Cette personne m'a aidée dans ma préparation et je m'entraînais entre 3 à 4 fois par semaine ce qui m'a permis d'acquérir une certaine discipline. Ce qui m'a aidé aussi, ce sont les nombreux messages de soutien reçus durant cette période. Les encouragements et les gens qui participaient à la cagnotte m'ont fait prendre conscience je n'étais pas seule dans le projet. J'ai eu du soutien à tous les niveaux : avec les dons, les commentaires, les relais de ma cagnotte sur les réseaux. Cela m'a fait comprendre que je pouvais toucher les gens et faire de la prévention autour de la question du suicide. Le fait d'en parler avec ce projet, c'était aussi pour faire en sorte que le suicide ne soit pas un tabou. Il ne faut pas avoir honte d'en parler, ne pas avoir honte de dire : « J'ai perdu mon Papa qui est décédé d'un suicide ». Je veux que les gens aient plus de facilité à en parler.

**SE : Quel message souhaitez-vous faire passer aux personnes qui veulent s'impliquer dans la prévention du suicide ?**

**MV :** Ce que je veux leur dire c'est que s'engager permet de se relever. On peut transformer un événement traumatique en quelque chose de positif. Et surtout ce que je veux dire c'est qu'il ne faut pas avoir honte de parler. Je sais que pour les proches, c'est difficile d'en parler et c'est plus compliqué d'être soutenu. Il n'y a pas beaucoup de choses mises en place et on a l'impression que les gens qui n'ont pas vécu cette situation ne peuvent pas comprendre. On a le sentiment d'être seul et c'est compliqué d'en discuter. Mais, il faut garder espoir : on n'est pas seul dans ces situations. Beaucoup de gens sont touchés et même si on passe par un moment difficile, il faut parler. Le chemin est parfois long et compliqué, mais peut donner une force qu'on aurait peut-être jamais eu. Une force qui nous fait faire des choses qu'on aurait peut-être jamais faites, comme courir un marathon.

**L'ensemble des bénévoles de Suicide Écoute félicite chaleureusement Marjorie et la remercie pour son engagement précieux !**