

# Un petit coup de main pour un EHS drome

Bonjour,

... J'ai bien sûr ce papier devant moi avec les numéros des associations, cela dit j'ai beaucoup de mal à appeler.

Après quelques mois passés en clinique pour des soi-disant problèmes psychiatriques, j'ai miraculeusement atterri dans un hébergement partagé dans la Drôme.

Après trois mois passés ici à essayer de me reconstruire (j'ai du quitter femme enfants famille...), à retrouver le sommeil, à entretenir la flamme de vie qui sans cesse se fait ronger, à re apprendre à vivre en toute autonomie... j'ai finalement pris conscience du problème qui me torturait depuis déjà une dizaine d'années.

Les ondes.

Quand j'y repense , c'est un miracle que je sois encore en vie.

Je ne vais pas développer beaucoup plus sur ma situation pour ne pas vous faire perdre votre temps... cela dit j'aurais simplement souhaité savoir vers qui me tourner aujourd'hui.

J'ai compris qu'ici , dans la Drôme , c'était un peu " the place to be " pour les victimes des ondes.

Je pense vraiment que je peux être utile à "la cause ehs", que ce soit en participant à la création d'un lieux communautaire ou en rejoignant un projet déjà existant. J'ai aussi écrit beaucoup de choses sous la forme d'un journal depuis quelques mois maintenant.

Mais pour que tout ça serve à quelque chose, je dois d'abord survivre, et aujourd'hui, j'ai besoin d'aide.

Pour l'instant mes plus gros ennemis, ce sont les ondes, l'isolement et l'incompréhension, ce qui fait de ma vie un combat de survie psychologique permanent.

Bref je vois que je m'étales déjà un peu trop, j'en suis désolé.

Qui puis-je contacter ici dans la drome? Existe t il un lieu communautaire, collaboratif, ou un genre de "qg de la résistance des ehs"? Même si j'imagine que s'il existait, ce lieu serait difficilement joignable?

Y a t il un endroit autre qu'un camp de réfugié environnemental que je pourrais rejoindre? Même si déjà ce serait mieux que rien?

Comment puis-je me rendre utile? Qui puis je contacter pour un tel projet?

Et bien sûr, je suis prêt à témoigner de mon histoire de survie qui mériterait d'être connue elle aussi, en toute humilité.

En espérant une réponse de votre part, même très brève, je vous remercie.

Très bonne fin de journée à vous,

## Complément

Je viens tout juste 'd'atterrir dans cette réalité" des EHS, même si je pense la vivre depuis quelques années maintenant.

Je n'étais pas un EHS extrême seulement je crois que récemment cela s'est beaucoup aggravé, cette dernière année en tout cas.

Après être retourné chez mes parents à la suite d'une séparation, à Lyon, je n'ai plus été capable de fermer l'oeil de la nuit. J'ai frisé la folie et ne sachant pas ce qui m'arrivait, j'ai été tout droit vers la seule option qu'il me restait : les urgences psychiatriques.

De là s'est ensuivi 1 puis 2 puis 3 séjours, car malgré les traitements, mon état ne faisait qu'empirer, malgré un sommeil artificiel parfois retrouvé. C'est donc près de 8 mois que j'ai passé en clinique.

Aujourd'hui j'ai trouvé un logement à Loriol, sans wifi, sans telephone, une chambre je crois assez saine. ce qui fait que j'arrive à dormir. cela dit, dès que je mets un pied dehors, je perds très vite mes moyens, mon cerveau "s'éteint" et mes acouphènes / hyperacousie augmente.

J'ai besoin d'apprendre comment me protéger, comment fonctionner, comment me défendre, et pourquoi pas comment guérir. J'ai aussi besoin de savoir où j'en suis, à quel point je suis "atteint", et échanger avec d'autres personnes.

J'attends depuis ma chambre "grotte", avec seulement mon bonnet artisanal acheté sur internet et mes gants argentés pour seules défenses. vous voyez je débute dans ce "nouveau monde". Mais l'espoir renaît.

Sébastien 31 ans

Pour le contacter, passer par Elidia [o.sensibles@orange.fr](mailto:o.sensibles@orange.fr)