



CE MATIN J AI DECIDE D ARRETER

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

CE MATIN J AI DECIDE D ARRETER

JUSTINE

CE MATIN J AI DECIDE D ARRETER JUSTINE

 [Télécharger CE MATIN J AI DECIDE D ARRETER ...pdf](#)

 [Lire en ligne CE MATIN J AI DECIDE D ARRETER ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne CE MATIN J AI DECIDE D ARRETER JUSTINE

Reliure: Broché

Extrait

La spirale

C'est un dimanche comme tous les dimanches depuis le mois de novembre 2003. Un repas de famille, avec mon papa, ma maman, ma soeur Clotilde, douze ans, et Jeanne, la petite dernière, deux ans. Atmosphère tendue. J'ai quatorze ans. Fille aînée de la famille, je suis bien élevée, polie, respectueuse, première de la classe, mais j'en ai marre d'être là. Je range mon assiette, mes couverts, et commence à débarrasser la table de la cuisine, à nettoyer la toile cirée à fleurs des quelques miettes qui l'encombrent. Je ne supporte pas le désordre. Je sens les regards croisés des parents, observant chacun de mes gestes méticuleux mais rapides. Je déteste perdre mon temps.

La voix de ma maman dans mon dos, sèche :

- Justine, laisse-moi faire ! Ça ne presse pas ! Tu n'as pas fini de manger !

Doublee par la voix de mon père :

- Laisse faire ta mère, Justine !

J'ai hâte que ce repas s'achève enfin pour me réfugier dans ma chambre, loin des regards qui me jugent. J'ai des devoirs à recopier, un bouton énorme sur la joue qui me tracasse. J'aimerais le faire disparaître comme les reliefs de ce repas calvaire.

J'ouvre le réfrigérateur et contemple l'alignement des pots de yaourt. D'un côté les «nature», de l'autre les «aromatisés». C'est moi qui les range aussi soigneusement. Je ne supporte pas qu'on les bourre en désordre sur les étagères. J'ai besoin de repères. Comme d'habitude, je ne sais pas lequel prendre.

«Justine, tu n'as rien mangé. Tu es malade ! Tu t'es vue ?» «Tu vas finir par mourir avec tes bêtises. Tu veux te retrouver à l'hôpital ?» C'est toujours la même chose. Des réflexions sur le contenu de mon assiette - carottes râpées, salade. Je suis devenue la cible des quolibets.

Était-ce pire avant ? «Justine, arrête de t'empiffrer, tu deviens une grosse vache.» «Un jour, tu seras couronnée Miss Olida.» J'ignorais alors que c'était une marque de charcuteries... Miss Olida en herbe ayant décidé un jour de faire un régime, ils n'y ont pas cru. «Mais oui, bien sûr. On verra dans une semaine !» Ils sont en train de voir. Je suis entrée en résistance face à la nourriture familiale.

J'ai craqué pour une histoire de tartiflette. Je m'étais bien juré de ne pas en manger, et pourtant je l'ai dévorée en me traitant de nulle et d'incapable. Présentation de l'éditeur

Justine raconte comment, à 14 ans, elle a commencé un régime " pour être belle " et a été prise dans une spirale infernale qui lui a fait perdre 36 kilos.

Hospitalisée, elle est nourrie à l'aide d'une sonde pendant des mois, mais rechute plusieurs fois. La boulimie prend alors le relais de l'anorexie. Épuisée psychologiquement, elle doit interrompre sa scolarité.

Aujourd'hui, Justine témoigne pour que cesse la dictature de la minceur. Elle combat désormais pour la vie des autres adolescents.

" (...) le témoignage de Justine vient relayer l'information sur cette pathologie, plus que jamais d'actualité. "

Vivre au Féminin

" (...) un livre poignant. "

Métro

Biographie de l'auteur

Justine est une jeune fille qui a combattu l'anorexie et la boulimie et qui a voulu témoigner pour mettre en garde toutes les adolescentes et leur entourage.

On peut retrouver Justine sur son blog www.youstinette.skyblog.com

" (...) toute la vérité sur le quotidien infernal de cette maladie mentale. " *Le Télégramme*

" (...) le témoignage de Justine vient relayer l'information sur cette pathologie, plus que jamais d'actualité. " *Vivre au Féminin*

" (...) un livre poignant. " *Métro*

Download and Read Online CE MATIN J AI DECIDE D ARRETER JUSTINE #MV0LR6GUJ3C

Lire CE MATIN J AI DECIDE D ARRETER par JUSTINE pour ebook en ligneCE MATIN J AI DECIDE D ARRETER par JUSTINE Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres CE MATIN J AI DECIDE D ARRETER par JUSTINE à lire en ligne.Online CE MATIN J AI DECIDE D ARRETER par JUSTINE ebook Téléchargement PDFCE MATIN J AI DECIDE D ARRETER par JUSTINE DocCE MATIN J AI DECIDE D ARRETER par JUSTINE MobipocketCE MATIN J AI DECIDE D ARRETER par JUSTINE EPub
MV0LR6GUJ3CMV0LR6GUJ3CMV0LR6GUJ3C