



La porte jaune

France, 2040.

Pendant trois semaines, José n'est presque pas sortie de chez lui. Il dort mal. Il pleure sans vraiment savoir pourquoi. Il ne répond plus aux messages de ses amis.

Mais José ne se considère pas malade. Et surtout, Il ne veut pas « aller en psychiatrie ». Un matin, sa sœur l'accompagne devant une petite maison à la porte jaune.

Il n'y a aucune plaque médicale. À l'intérieur, une grande cuisine donne sur un jardin d'hiver. Quelqu'un prépare du café. Deux personnes dessinent. Une autre dort dans un fauteuil près de la fenêtre.

Depuis la crise de solitude de 2035, le Canton a ouvert plusieurs Maisons du répit. On peut y entrer sans diagnostic et sans savoir exactement de quelle aide on a besoin.

José est accueillie par Samir, accordeur de parcours de vie. Il ne lui demande pas immédiatement ce qu'il a.

- Qu'est-ce qui est devenu trop lourd ?

Alors José raconte.

Son travail. Ses dettes. La séparation. Les nuits sans sommeil. Et cette impression, depuis des mois, de ne plus réussir à tenir sa propre vie.

Pendant des mois, il avait repoussé l'idée de demander de l'aide. Il ne savait pas ce qui serait remboursé et craignait chaque nouvelle facture presque autant qu'un nouveau rendez-vous.

Ici, psychologues, infirmiers, travailleurs sociaux, pairs-aidants et conseillers juridiques travaillent ensemble. On peut aussi être accompagné pour comprendre ses droits, ses assurances ou une facture que l'on n'arrive plus à payer. Une permanence existe pour les proches. Une permanence existe aussi pour les proches.

Dans une pièce voisine, un musicien répète avec quelques habitants. D'autres dessinent, cuisinent ou jardinent. Tout ne commence pas nécessairement par une consultation ni par le récit de ce qui ne va pas. Parfois, le premier pas consiste simplement à retrouver une manière d'être avec les autres. Dans une autre salle, des séances de respiration, de mouvement et certaines approches corporelles complètent les accompagnements proposés.

José ne reçoit pas cinq rendez-vous dans cinq endroits différents. C'est autour de lui que les professionnels s'organisent, en fonction de ce dont il a besoin et au rythme qu'il peut supporter.

Il revient le lendemain. Puis le suivant. Un mois plus tard, il pousse de nouveau la porte jaune.

Cette fois, il est seul.

Samir l'aperçoit.

- Ça va ?

José retire son manteau. Il réfléchit.

- Pas encore.

Puis il sourit légèrement.

- Mais aujourd'hui, je savais où venir.