

# Table des matières

<b>1</b>	Des champions ······	<b>7</b>
<b>2</b>	Les plus belles victoires... ······	<b>17</b>
<b>3</b>	Les plus que vainqueurs ······	<b>27</b>
<b>4</b>	Le pourquoi du comment de la résilience ······	<b>37</b>
<b>5</b>	La résilience, valeur contemporaine et biblique ······	<b>45</b>
<b>6</b>	Les crises de la vie pour s'ajuster à une vie de champions ······	<b>55</b>
<b>7</b>	Les facteurs de résilience ······	<b>63</b>
<b>8</b>	1 <sup>er</sup> facteur de résilience : Entretenir un rêve de foi et d'espérance ······	<b>75</b>
<b>9</b>	2 <sup>ème</sup> facteur de résilience : L'accueil d'un groupe solidaire ······	<b>87</b>
<b>10</b>	3 <sup>ème</sup> facteur de résilience : « Ecrire, pour exister » ······	<b>97</b>
<b>11</b>	4 <sup>ème</sup> facteur de résilience : La créativité artistique ······	<b>107</b>
<b>12</b>	5 <sup>ème</sup> facteur de résilience : L'humour et la joie ······	<b>117</b>
<b>13</b>	6 <sup>ème</sup> facteur de résilience : Reconstruction de son image et de sa responsabilité ······	<b>127</b>
<b>14</b>	7 <sup>ème</sup> facteur de résilience : La discipline : Des opportunités pour surmonter des défis ······	<b>139</b>
<b>15</b>	8 <sup>ème</sup> facteur de résilience : Gagner en terrain adverse ······	<b>149</b>
<b>16</b>	9 <sup>ème</sup> facteur de résilience : S'impliquer pour une cause humanitaire ······	<b>159</b>
<b>17</b>	10 <sup>ème</sup> facteur de résilience : Le facteur Emmanuel ······	<b>169</b>