

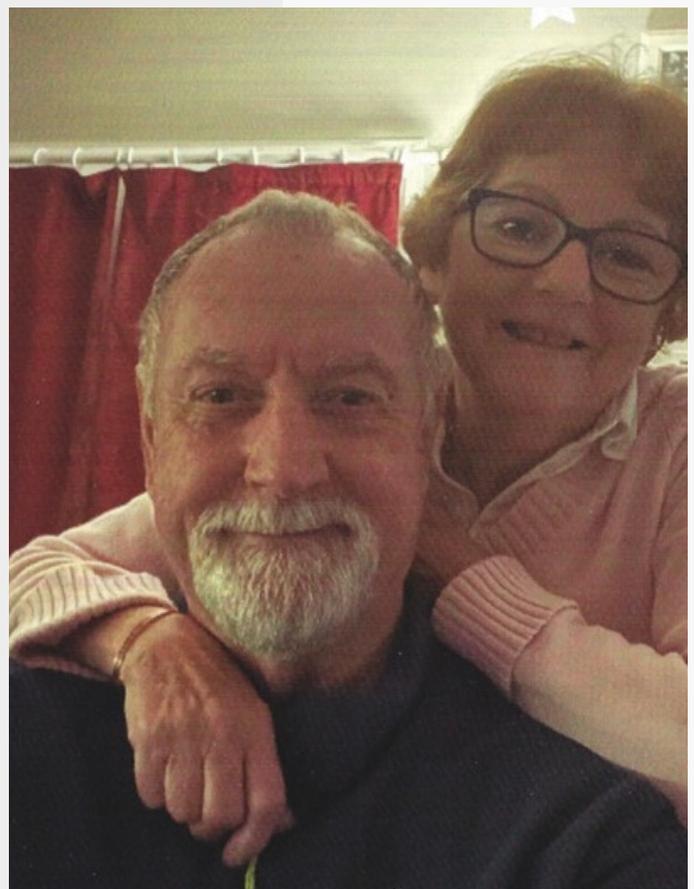
NEWSLETTER



décembre 2023 - numéro 39

Message de Béatrice et Jean-Pierre

“Nous sommes si heureux d’avoir servi tout au long de cette année. Nous avons utilisé nos compétences mais plus que tout, nous avons pris le temps de nous occuper des personnes en souffrance. L’association nous permet de faire des choses que nous ne pourrions pas faire autrement. Autonomia World est une bonne association où chacun apporte ce qu’il a de meilleur pour le mettre à la disposition des autres...”



...Nous vous souhaitons un joyeux Noël et espérons que tout ira pour le mieux pour chacun... Nous restons à l’écoute...soyez-en certain...!



Un bilan plus que satisfaisant

Par la Direction

Cette année aura été très riche en réalisations. L'association s'était donnée comme objectif de répondre à toutes les sollicitations des patients, même dans les conditions les plus compliquées. Un nombre très important de personnes en souffrances de toutes sortes ont fait appel à nos services pour trouver de l'aide et du soutien. Avec les moyens qu'elle possède, ses propres ressources et ses bonnes volontés, l'association a pu compter sur son personnel qualifié et ses partenaires pour la prise en charge des personnes en difficulté. C'est un travail de longue haleine, rempli d'imprévus, dans des circonstances parfois inattendues...



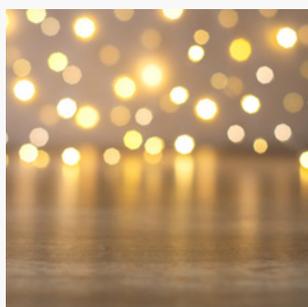
“La compassion est une capture de la conscience indulgente de la détresse d'autrui accompagnée du souhait de la soulager” (JPG 1994)



Suite du bilan...

Certaines personnes sont venues avec du désespoir, ne sachant plus comment se sortir de leurs problèmes, d'autres sont arrivées au "*bout du chemin*", avec cette idée : "*Je crois que c'est plus la peine de continuer...*"

D'autres voyaient leur vie de couple se désagréger, quelques-uns perdre toutes leurs illusions sur la famille, leurs croyances. D'autres se voyaient dépérir avec leurs dépendances. De nombreuses pathologies ont été répertoriées et pris en charge par des professionnels de la santé mentale, des personnes aidantes, des âmes de bonne volonté qui désiraient rendre service tout simplement. L'association, a su répondre à la majorité de ces demandes. Parfois des situations très "extrêmes", ont fait trembler les soignants en observant les effets de la souffrance. Il ne faut pas aller très loin pour voir où se trouve la détresse...



... Finalement, toute ces souffrances ont permis à tout le personnel de l'association de se dépasser dans l'aide et le soutien psychologique. Un grand merci à toutes et à tous. Le service volontaire et spontané, sans trop réfléchir... ça, c'est quelque chose...!



“J’ai repris espoir...”

Témoignage de René (avec sa permission sous condition)

“Un jour du mois d’août j’étais assis dans un parc près de chez moi. J’avais perdu mon travail et avec mon épouse ça n’allait pas très bien. Avant de rentrer je me suis assis dans le parc et je réfléchissais comment j’allais pouvoir lui annoncer la nouvelle. Depuis quelque temps je pensais que “L.”, mon épouse allait me quitter. Notre relation s’était détériorée depuis plusieurs mois et je voyais bien que j’étais incapable de gérer la situation. Par nature assez renfermé sur moi-même et avec une assez mauvaise communication, je n’arrivais pas à lui faire part de mes sentiments, de mes doutes, de mes incertitudes. En plus, financièrement on vivait juste à la limite et notre découvert à la banque devenait de plus en plus inquiétant. Bref, tout ce qui peut représenter une situation “délicate”.

Assis, seul sur ce banc, dans le parc, alors que les familles venaient avec leurs enfants jouer un peu plus loin, je me suis demandé ce qui n’avait pas été. Pourquoi est-ce que je ne pouvais pas être un couple “normal”... Qu’est-ce qui n’allait pas chez moi ? Et comment informer mon épouse qu’en plus je n’avais plus de travail ? Comment allait-elle réagir ? Est-ce que c’était la fin pour nous deux ?

Toutes ces questions arrivaient les unes après les autres et je ne voyais plus comment faire face...

Puis, je ne sais par quel concours de circonstance, j’ai vu un homme d’un certain âge avec une “barbichette” passer devant moi et me demandant si il pouvait s’asseoir à côté de moi.

Je ne sais pas comment j'ai pu lui répondre mais j'ai dit "oui"... C'est lui qui, en me regardant m'a demandé : "Puis-je vous aider ?" Je crois me souvenir que ma réponse était plus un réflexe que réfléchi, j'ai répondu " Hé bien oui". Puis la conversation s'est engagée, assez longtemps, et j'ai pu me libérer en lui racontant tous mes "malheurs". Je ne sais pas comment il a pu avoir la patience de m'écouter mais il en a eu. Il s'est présenté comme étant un membre d'une association qui aidait les personnes, les couples et les familles. Il m'a invité à prendre contact avec lui, il m'a laissé sa carte et ses références puis il m'a quitté.

Par la suite, encouragé par ses paroles, je suis rentré chez moi et j'ai parlé à "L" de ce que j'avais vécu. Elle m'a souri d'une façon différente cette fois au lieu de m'accabler par des reproches. Par la suite, j'ai pris contact avec ce monsieur et nous avons convenu un r.v. en ligne avec "L."

Nous avons suivi un programme pour les couples en difficulté, une sorte de thérapie de couple en plusieurs étapes. Nous continuons avec "L." de suivre ce soutien et cela nous aide à reconstruire notre vie de couple.

Je ne sais pas comment cet homme est apparu dans notre vie, dans un moment compliqué pour notre couple qui était au bord de la rupture. Je ne sais pas pourquoi il est passé devant moi ce jour-là quand j'étais au bord du désespoir assis, seul, sur ce banc, dans ce parc. Je ne sais pas comment expliquer cet évènement particulier ni comment le qualifier. Ce que je sais par contre, c'est qu'au moment de ma profonde détresse, quelqu'un est arrivé, s'est arrêté et m'a posé une question qui m'a permis de répondre.

Aujourd'hui, j'ai été engagé dans une nouvelle entreprise, nous arrivons à mieux communiquer ensemble avec ma chère "L.", notre relation s'améliore et nous avons l'espoir que notre famille va bientôt s'agrandir. Je dirais que les choses vont mieux. Il me reste encore du chemin à faire mais je suis sur le bon chemin.

Merci à cet homme, (il n'a pas voulu que je cite son nom). Merci de vous être arrêté et d'avoir osé poser la question ultime : "Puis-je vous aider ?" C'est grâce à des gens comme ça que je reprends espoir dans cette vie. Merci monsieur...merci du fond du coeur."

René est devenu un ami de l'association et continue son suivi thérapeutique avec son épouse. (la direction)

Cette histoire parmi tant d'autres, nous rappelle l'importance d'être attentif aux besoins des autres. Des "René" il y en a des milliers, partout et dans tous pays. Avec les violences, les guerres, les catastrophes, nous, qui sommes engagés dans une action d'aide et de services, qui devons faire face à des situations dramatiques, étant témoins de toutes sortes d'évènements et de circonstances parfois qui dépassent l'entendement, nous gardons aussi l'espoir.

Engagés dans l'association Autonomia World, nous avons décidé de nous mettre au service des autres et de trouver ensemble des solutions.

Il ne s'agit pas seulement de consultations thérapeutiques, de programmes psychologiques, de dispenser notre savoir ou notre connaissance, qui, parfois, ne semble pas aboutir au résultat escompté. Non, il s'agit de ressentir la souffrance de l'autre, de lui en prendre un peu et de faire un bout de chemin ensemble.

Nous ne remercierons jamais assez le personnel de l'association qui oeuvre en silence et très souvent sans rien dire sur la place publique pour apporter du soutien, de l'aide et du réconfort, parfois avec ses compétences mais souvent avec seulement un certain degré de compassion pour la détresse de l'autre. Un grand merci à vous *Aline, Béatrice, Patricia, Aurora, Vincent, Awa, Françoise, Zaratha, Lee, Austin, Edith, Debi, Mele* et tous les autres qui oeuvrent anonymement. Passez un Joyeux Noël mes amis...!

Jean-Pierre





Vous pouvez prendre contact avec l'association à l'adresse suivante :

association@autonomiaworld.com

ou remplir le formulaire sur :

<https://www.autonomiaworld.org>

