

# LE JOURNAL DES FAMILLES qui se remettent

# DEBOUT

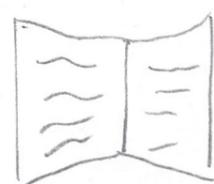
77  
ème

et se réunissent autour du **Pivot** du Maelbeek

**Équipe de rédaction :** Rebecca Acke, Greg Vancampenhoudt, Julie Emery, Christiane Libbrecht, Maria Pizarro et Sandrine Dapsens. La conception, les interviews, les photos numériques et la frappe sont entièrement réalisés par l'équipe de rédaction sauf mention spécifique. Mise en page : équipe du journal et Caroline Balon – Impression : Coyoteprint. Ce journal est rendu possible grâce au soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles, de la Commission Communautaire Française (COCOF) et de la Fédération Froidure dans le cadre des actions de lutte contre la pauvreté de l'asbl Promotion Communautaire – Le Pivot.



SI TU AS EU LA CHANCE D'APPRENDRE À LIRE,  
MERCİ DE LIRE CE JOURNAL  
À CELUI QUI N'A PAS ENCORE PU APPRENDRE,  
et LUI PERMETTRE AINSI  
D'EN DECOUVRIR LES RICHESSES!



## BIENVENUE DANS CE NUMÉRO REBONDISSANT!

Avec l'équipe des journalistes Debout, nous avons découvert et réfléchi au terme « résilience ». Pour nous, c'est se remettre debout, rebondir après des événements difficiles ou un traumatisme.

Au Pivot, les personnes connaissent des vies difficiles et ont appris à se relever. On pourrait même dire qu'elles sont des spécialistes pour rebondir et se remettre debout.

Tout d'abord, nous avons organisé une conférence de Françoise Barbier qui est venue nous parler du livre de son mari, Philippe Barbier « L'art de rien - Sur le fil de ma vie » aux Editions Quart-Monde.

Philippe Barbier raconte comment il a trouvé une forme de résilience à travers ses enfants et Françoise, son engagement et son art.

Lors de la conférence, quelques passages du livre ont été lus, puis des échanges ont eu lieu entre Françoise et les personnes du Pivot et d'ATD Quart-Monde.

Ensuite, les journalistes sont venus animer un samedi du lien autour de la résilience : comment rebondir après une expérience traumatisante ou difficile.

Et pour finir, les journalistes sont allés à la rencontre de personnes qui ont témoigné de la façon dont elles ont rebondi dans la vie. Merci à Patricia, Sylvia, Claude, et Stéphanie d'avoir accepté d'être interviewés.

**Maria :** « Ce thème colle bien avec les personnes qui se rassemblent au Pivot car beaucoup de personnes ont vécu des choses difficiles et se remettent debout. »

**Julie :** « C'est un thème compliqué au début, très émotif, pour mes 1ères interviews, j'avais peur mais ça s'est super bien passé »

**Mémé :** « J'ai du mal à m'exprimer, mais malgré mon âge, je m'enrichis encore. »

**Rebecca :** « J'ai beaucoup aimé la rencontre avec Françoise et découvrir la vie de son mari, Phil. J'admire aussi le courage de Françoise. »

**Greg :** « Ce thème était très important pour montrer comment des personnes qui ont une vie difficile se relèvent. J'ai bien aimé le partage avec Françoise et ma 1ère interview avec Claude. Je suis curieux du thème du prochain journal. »

R  
É  
S  
I  
L  
I  
E  
N  
C  
E

# RÉSILIENCE REBONDIR se RELEVER se REMETTRE DEBOUT

par les adultes qui se rassemblent au Pivot



Après avoir réfléchi au terme « résilience », « rebondir », « se remettre debout », au sein de l'équipe des journalistes, nous avons voulu partager nos réflexions avec d'autres personnes. Nous avons donc animé deux rencontres (Samedi du Lien) au Pivot. La première rencontre a eu lieu avec Françoise Barbier qui est venue nous partager le livre de son mari Philippe (Phil). Phil a rebondi malgré une enfance et une jeunesse difficiles. Lors de la 2<sup>e</sup> rencontre, nous avons réfléchi à ce qui nous aide ou nous a aidé à nous relever. Mais, tout d'abord, c'est quoi la résilience ?

## LA RÉSILIENCE PAR UN SPÉCIALISTE

Il existe plusieurs définitions de la résilience. Nous garderons celle-ci :

« La résilience est la capacité à rebondir face à l'adversité, à s'adapter, à se rétablir et à retrouver l'accès à une vie pleine de sens et productive. » Jorge Rodríguez, Mônica Zaccarelli & Davoli Ricardo Pérez (2006).

Boris Cyrulnik, médecin psychiatre, a fait connaître le terme « résilience » en France. Il a lui-même vécu la résilience car, étant juif, une grande partie de sa famille a été tuée dans les camps d'extermination nazis durant la seconde guerre mondiale et pourtant, il s'est développé et a construit sa vie. Nous avons regardé des vidéos de quelques-unes de ses prises de parole.

Il observe qu'après un traumatisme, on est d'abord KO, le cerveau est éteint, on ne sait plus où on en est.

Pour Boris Cyrulnik, soit on reste KO, soit on se débat pour reprendre un développement, le meilleur possible selon les circonstances.



## QU'EST-CE QUI AIDE À REBONDIR ? À SE RELEVER ?

Boris Cyrulnik dit que ce n'est pas évident de trouver ce qui permet une reprise, un développement harmonieux de la personnalité. Il faut se mettre en équipe avec des biologistes, des psychologues, des sociologues pour répondre à cette question.

Il constate que « la vie peut reprendre si on est entouré, et si on cherche à donner sens à ce qui nous est arrivé. Quand on fait ce travail, on constate que la majorité des gens s'en remettent contrairement à ce qu'on disait il y a quelques dizaines d'années. Il faut entourer les personnes blessées, ne pas les laisser toutes seules sinon, il n'y en a pas beaucoup qui se remettent à vivre. »

Boris Cyrulnik dit que quand un enfant, un adulte est traumatisé, il faut vite l'entourer, vite le sécuriser et vite le remettre au travail : lui faire réaliser des choses, le faire bouger et lui permettre d'apprendre de nouvelles choses. Le soutien est essentiel. Il dit aussi qu'on devient quelqu'un d'un peu différent que si on n'avait pas vécu le traumatisme. Souvent les personnes qui ont vécu un traumatisme en font une force.

## VOICI LES RÉFLEXIONS, PAROLES ÉCHANGÉES LORS DE NOS PARTAGES AU SAMEDI DU LIEN.

### REBONDIR, CE N'EST PAS TOUJOURS FACILE

**Julie** : « Rebondir, c'est remonter après un échec, et des fois, tu essaies de remonter mais tu n'y arrives pas, il y a des obstacles ».

**Rebecca** : « Quand tu vis la perte de quelqu'un de précieux, tu te dis que tu ne vas pas y arriver, mais tu n'as pas le choix. La vie ne te donne pas le choix parce que tu as des enfants ».

**Marie-Françoise** : « Je suis fatiguée de rebondir. Avec tout ce qui me tombe dessus, je ne fais plus les choses avec la même envie, je les fais par automatisme. Je ne sais pas rebondir mais je suis debout. »

Je pense aussi qu'il y a des coups où tu ne peux pas te relever parce que tu ne sais pas comment trouver la force et où puiser ton énergie. »



## ÊTRE ENTOURÉ, RECEVOIR DU SOUTIEN AIDE À SE RELEVER

**Rebecca** s'exprime : « La plus belle réussite de Phil, ce sont ses enfants mais je pense que sans sa femme, Françoise, il ne serait pas là. »

**Agnès** : « Mon mari et mon fils me donnent confiance en moi, de l'énergie pour rebondir. »

**Rebecca** : « Il y a une personne qui compte beaucoup, c'est mon étoile qui m'aide à me relever. »

**Patricia** : « Quand tu vis quelque chose de très très difficile, il faut des amis, des gens en qui avoir confiance. Quand on tombe, on ne peut pas se confier à n'importe qui. »

**Florence** : « Ma maman m'aide beaucoup, elle me conseille. Mon compagnon, Jean-Loup, aussi. Il ne m'a pas laissée toute seule quand nous avons été confrontés au décès de deux enfants. On a porté cela à deux, même s'il y avait des moments où c'était dur. »



**Isabelle** : « Mon père et ma belle-mère m'offraient l'air pour respirer que je n'avais pas chez moi. Chez eux, j'étais libre de mes paroles, de mes actions. »

## QUAND ON VIT UN TRAUMATISME, OSER DEMANDER DE L'AIDE, C'EST DÉJÀ RÉSISTER

**María** : « Je pense que les enfants maltraités cherchent des moyens de résister et, par exemple, ils se comportent mal à l'école pour attirer l'attention, et demander de l'aide. C'est de la résistance. »

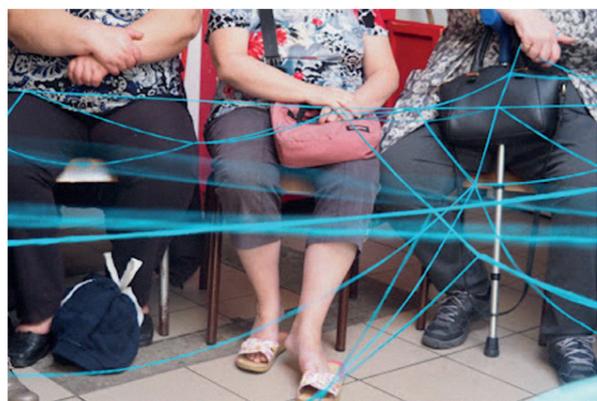
**Rose-Marie** : « Il faut oser aller vers les personnes et discuter. Moi, je n'étais pas seule pour me relever. »

**Odette** : « Je n'aime pas trop raconter ma vie. Ce n'est pas facile de faire confiance à quelqu'un. Par contre, je suis contente d'avoir connu le Pivot. Il m'a beaucoup aidée. »

**Lucas** : « Parler, ça fait du bien, ça soulage. Cela m'aide à être moins stressé. »

**María** : « C'est grâce à l'assistante sociale que je m'en sors. J'ai vécu un traumatisme de 8 ans à 15 ans, et depuis, j'ai tout le temps eu besoin d'aide. »

**Titi** : « L'amitié m'aide beaucoup, je demande des conseils. »



## ÊTRE CONSCIENT DES FORCES QU'ON A EN NOUS, NOUS AIDE À NOUS RELEVER

**Stéphanie** : « J'ai un petit garçon de 9 ans qui est handicapé. Quand on lui dit : « T'es nul », je lui dis de répondre : 'Moi, je donne 2 fois plus que toi pour être là où je suis aujourd'hui'. »

**Françoise** : « Dans les associations comme le Pivot et ATD Quart-Monde, on nous aide à voir nos forces. Cela nous fait avancer. »

**Rose-Marie** : « Il faut faire son chemin, les autres ne peuvent pas le faire pour toi. Tu as une richesse en toi. Allons de l'avant, osons faire des choses pour nous relever. »

**Odette** : « J'ai été placée avec ma soeur jumelle. Puis je suis restée 7 ans paralysée. Après, je me suis dit : 'C'est fini, maintenant, je vais me défendre dans la vie, me battre'. »

**Marie-Ange** : « Il faut avoir confiance en soi-même et faire confiance aux autres pour se relever. »

**Stéphanie** : « Je pense qu'à partir du moment où on fait le choix de se relever après une chute, c'est forcément pour continuer à aller de l'avant. Moi, je sais où je veux aller et je sais que le meilleur est devant moi. J'en suis persuadée et j'ai envie d'y croire. »

**Isabelle** : « La force que j'avais en moi quand j'étais petite, je la puisais à la mer. Me réfugier dans la nature, près de l'eau m'a beaucoup aidée. »

**Angélique** : « C'est avec toutes nos erreurs, nos épreuves qu'on grandit. Et si on a appris de nos erreurs, de nos épreuves, on pourra aller de l'avant. »

**María** : « Il y a parfois des moments où j'ai besoin de temps pour moi. Je me dis que c'est mieux que je prenne soin de moi, comme ça je peux continuer et résoudre les difficultés. »

## SE RELEVER POUR SES ENFANTS

**Marie-Françoise** : « Il y a une petite voix qui me dit : 'Reprends-toi, tes enfants ont besoin de toi'. Je suis toujours obligée de me remettre en question, je dois être là pour eux et m'accrocher. »

**Angélique** : « Dans la vie, je suis obligée de rebondir, de tenir bon parce que mes filles n'ont que moi. Je me dis que je dois être présente pour elles. »

**Rebecca** : « Ma fille aînée n'a pas peur de dire les choses. Elle est ma fierté et ma force. La plus petite me donne aussi de la force, mais elle est encore jeune. »



## SE METTRE AU TRAVAIL, BOUGER, CRÉER POUR REBONDIR

**María** : « L'art peut être comme une thérapie pour se redresser. »

**Agnès** : « En aidant les autres, je trouve des moyens pour me relever. »

**Titi** : « J'ai fait des démarches pour rebondir, j'ai trouvé du travail et un appartement. »

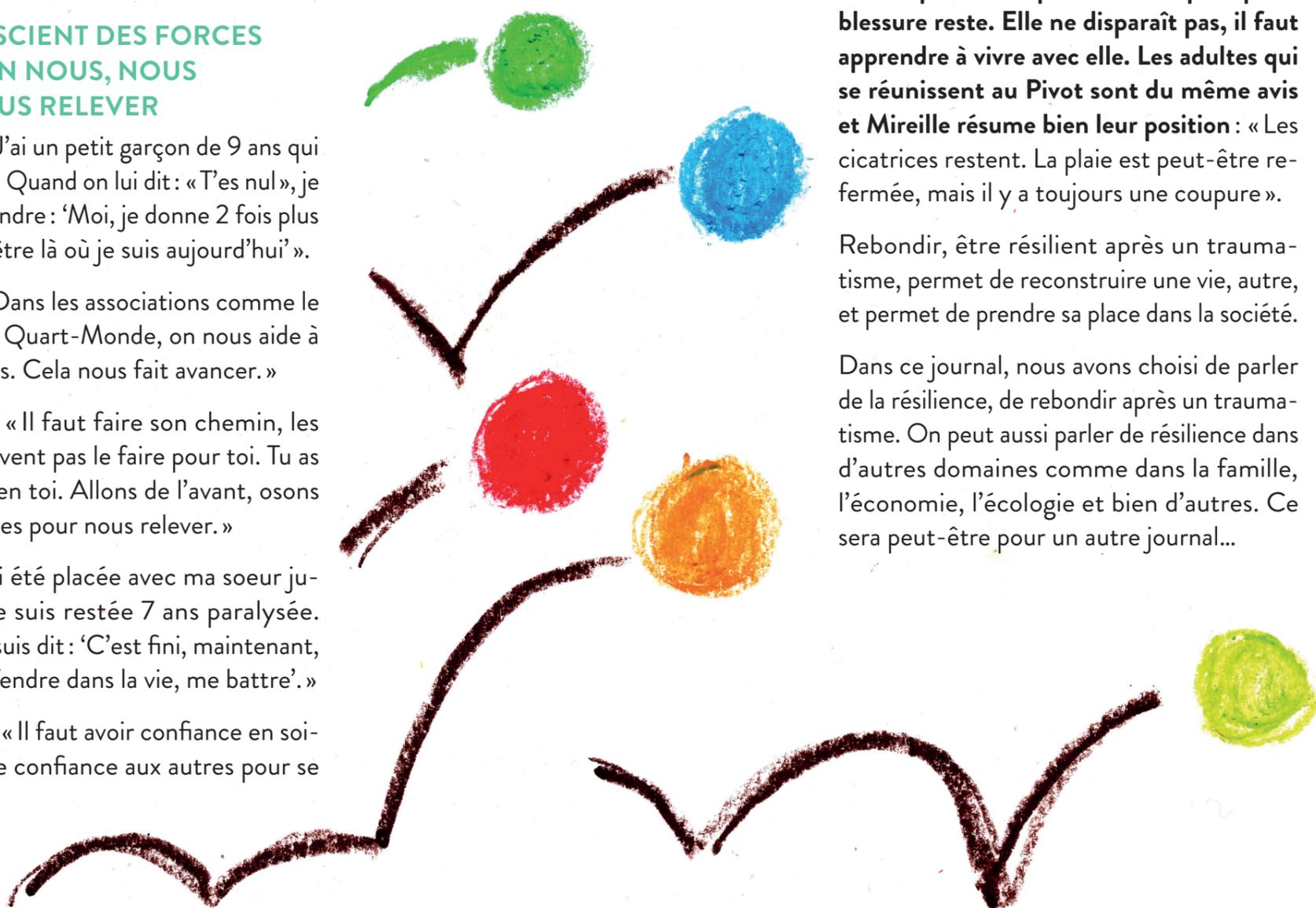


**Stéphanie** : « L'écriture m'accompagne depuis l'âge de 13 ans. J'ai découvert une passion et un don pour l'écriture. Cela m'aide. »

Quand on vit un traumatisme, Boris Cyrulnik dit que c'est important d'accepter que la blessure reste. Elle ne disparaît pas, il faut apprendre à vivre avec elle. Les adultes qui se réunissent au Pivot sont du même avis et Mireille résume bien leur position : « Les cicatrices restent. La plaie est peut-être refermée, mais il y a toujours une coupure. »

Rebondir, être résilient après un traumatisme, permet de reconstruire une vie, autre, et permet de prendre sa place dans la société.

Dans ce journal, nous avons choisi de parler de la résilience, de rebondir après un traumatisme. On peut aussi parler de résilience dans d'autres domaines comme dans la famille, l'économie, l'écologie et bien d'autres. Ce sera peut-être pour un autre journal...



# UNE VIE À SE RELEVER

Françoise nous partage le livre de son mari Phil

**P**hil et moi sommes parents de 3 filles de 24 à 29 ans. Phil vient de la région de Mons. Il a été placé d'institution en institution, de famille d'accueil en famille d'accueil, depuis tout petit. C'est un homme qui a subi beaucoup de maltraitances dans sa vie. Dans son livre, il ne dit pas que c'est une expérience qui l'a détruit. Il dit qu'avec tout ce qu'il a traversé, il s'est construit une manière de se diriger dans la vie, qui le rend unique.

Nous avons été ensemble 35 ans, engagés dans le mouvement ATD Quart-Monde comme volontaires. Nous avons été envoyés dans plusieurs pays par ce mouvement.

Il y a 3 ans, alors que nous vivions au Québec, on a découvert un cancer à Phil et il est parti en 3 mois, à l'âge de 59 ans.

## D'OÙ EST VENUE L'IDÉE D'ÉCRIRE UN LIVRE ?

Phil est quelqu'un qui n'aime pas l'écrit, ce n'est pas sa façon de s'exprimer. Mais un jour, il a eu envie de mettre enfin par écrit toute sa vie dont il ne parlait jamais.

Il a écrit 800 pages, mais pas dans l'idée d'en faire un livre.

Un jour, une amie d'ATD Quart Monde est venue acheter une sculpture, et Phil lui parle qu'il écrit. Cette femme a demandé à Phil de pouvoir lire les 800 pages.

Elle est revenue vers Phil en lui disant qu'il y avait vraiment de la matière pour écrire un livre afin de faire connaître sa vie à d'autres. Et elle lui a proposé d'y travailler avec lui. C'est comme cela qu'il a décidé finalement d'écrire son récit de vie.

Il se disait : « Écrire un livre, c'est une trace que tu laisses, pour la mémoire de ta famille, de tes filles ». Un livre, aussi, peut voyager, il se transmet à d'autres : il peut donner de l'espoir à celui ou celle qui le lit.



## ALLER À LA RENCONTRE

Ma motivation, à moi, Françoise, c'est de faire vivre cette mémoire, ce message d'espoir que Phil a tiré de sa vie, en présentant son livre dans des lieux très différents.

C'était beaucoup d'efforts pour lui d'écrire, j'ai envie que ça serve à quelque chose.

Ce qui est beau, c'est que des personnes très différentes lisent ce livre. J'ai reçu un mail, par exemple, d'une dame vivant dans une cité très pauvre, en France : « C'est le premier livre de ma vie que je lis ». Et elle m'écrit qu'elle s'y reconnaît.

## QU'EST-CE QUI A AIDÉ PHIL À REBONDIR, À SE REMETTRE DEBOUT ?

### La débrouille

Par exemple, Phil n'était pas nourri dans sa famille durant l'année où il est retourné chez elle. Il a rebondi en allant prendre de l'argent dans la poche de son père, il a acheté de la nourriture avec cet argent et est allé l'enterrer dans un endroit sûr. Comme cela, quand il avait trop faim, il pouvait se nourrir un peu.

Dans sa maison familiale, il était enfermé dans un grenier et il y avait un grillage à sa fenêtre. Il s'était débrouillé pour trouver une pince coupante, et avait découpé le grillage. Chaque nuit, il s'échappait par cette fenêtre. Il a rebondi toute sa vie, il se débrouillait.



### La curiosité

Autre chose qui l'a aidé à rebondir, c'est qu'il était très curieux. Quand on lui proposait quelque chose, il saisissait l'occasion de découvrir de nouvelles choses : faire de l'équitation, des camps scouts... Lui qui était tout

le temps enfermé, évidemment qu'il est allé faire du cheval quand on lui a proposé !

### La créativité

Quand il était petit, il a dû se protéger du mal que lui faisaient les adultes. Il raconte qu'il s'était mis une bulle autour de lui et qu'il s'évadait dans l'imaginaire. Ses parents empêchaient des frères et soeurs de l'approcher, de jouer avec lui. Et à cette époque, Phil a même arrêté de parler.

Quand il est arrivé à ATD Quart Monde, il devait avoir 25 ans, il a fait un stage chez quelqu'un qui travaillait le métal.

C'est comme ça qu'il est devenu artiste, en travaillant le métal, les fils de fer. Il a fait des fils, qui l'enfermaient, un moyen d'expression !

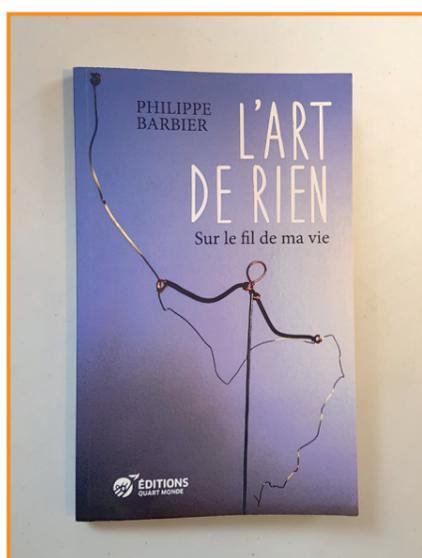


Phil, c'est un grand silencieux. Il écoutait beaucoup et observait beaucoup.

Il travaillait le métal avec des personnes qui vivent la pauvreté, avec des gens à la rue etc... c'était un moyen, pour Phil de trouver une place dans ce monde et de provoquer des rencontres.

## SURTOUT PAS UN REGARD DE PITIÉ

Pourquoi Phil ne parlait pas de sa vie ? Parce que quand il le faisait, il avait peur d'une chose, c'était d'être mis dans une case. Il avait eu l'expérience que s'il racontait sa vie, il y avait un



« Combien ont essayé d'expliquer mon histoire alors qu'ils n'avaient absolument aucune idée de ce qu'elle a pu être, sans même entendre ce que je pouvais en dire ? »

« Le meilleur repas, c'était les pelures de pomme de terre cuites que je devais écraser et donner aux lapins. Il y en avait une grosse casserole et j'en mangeais la moitié. Désolé, les lapins ! »

regard différent sur lui, peut-être un regard de pitié. Il n'aimait pas du tout qu'on le regarde seulement comme celui qui a eu une vie dure.

Avec les gens qui avaient des bouts de vie semblables à la sienne, il était en connexion mais sans se raconter. Les gens sentaient qu'il y avait une proximité avec Phil, il les comprenait autrement.

### MARQUÉ PAR LES INJUSTICES DÈS L'ENFANCE

Depuis tout petit, Phil a développé son sens de la justice.

Par exemple, à un moment, alors qu'il était enfant, il vivait avec des personnes handicapées adultes. Ces personnes se faisaient tabasser, dans la cave, par des personnes malveillantes de l'institution. Il n'a pas tout de suite pu défendre ces adultes handicapés parce qu'il était petit et qu'il était aussi frappé. Mais, dès qu'il a grandi, il a essayé de dire : « stop, tu ne me touches pas » et il défendait aussi les autres.

Il a voulu faire quelque chose en lien avec ce sentiment d'injustice. C'est pour cela qu'il s'est retrouvé comme volontaire à ATD Quart-Monde.



### DES RENCONTRES QUI L'ONT MARQUÉ

Dans la vie de Phil, il y a eu des rencontres importantes, elles n'ont pas été nombreuses, et parfois courtes mais elles lui ont permis d'avancer.

Par exemple, quand il était placé dans un centre fermé vers 13 ans, un gars qui s'appelait Marc l'a pris sous sa protection car dans ce genre d'endroits, c'est la jungle.

Marc l'a pris sous son aile au point de tabasser un gars qui avait fait du mal à Phil. Marc devait être libéré du centre quelques semaines plus tard, et il a quand même pris le risque de le défendre et de se retrouver en prison. Du jour au lendemain, Marc a disparu.

Quand Marc l'a défendu, tout à coup, Phil a pris une importance, une place. Marc a été une figure de grand frère et ça, cela l'a fait avancer.

Il y a aussi eu la rencontre avec un juge qui lui a donné sa chance alors qu'il était sûr d'aller dans un centre de détention pour jeunes, encore plus strict que le précédent.

Une autre rencontre a eu lieu dans la dernière institution où Phil a vécu. Les enfants du directeur vivaient avec les jeunes accueillis. Phil s'est lié d'amitié avec le fils du directeur, ils jouaient de la guitare ensemble. Cet ami est devenu le parrain d'une de nos filles. C'est une rencontre qui a compté pour Phil.

Et puis, il y a moi, parce que je pense qu'il faut parler de l'amour.

Phil disait : « J'ai réalisé deux œuvres dans ma vie : la première est de savoir qui je suis, d'où je viens et ce que je porte d'essentiel. »

C'est très important pour ne pas te laisser définir par les autres : savoir que tu portes quelque chose d'important et que tu as cette



À ATD Quart-Monde, il se sentait bien, dans des relations où on est plus à égalité.

En Angleterre, avec des hommes qui étaient mal vus par tout le monde, il a rénové tous les locaux d'ATD Quart-Monde.

Phil savait que ces hommes n'avaient plus tenu un outil depuis longtemps, mais il savait aussi que ces gens avaient quelque chose à lui apprendre. Phil avait une façon d'être avec eux : dans la réciprocité.

« Durant cette période, je me suis davantage refermé sur moi-même et je parlais de moins en moins. De toute façon, je n'avais personne avec qui discuter car j'étais seul et isolé. Je me créais des mondes imaginaires qui parfois prenaient le pas sur la réalité. »



« Finalement, j'ai pu suivre mon élan vital. En lien avec le Mouvement ATD Quart-Monde, je pouvais lutter contre les injustices, je pouvais tenter de transformer la société. »

valeur-là qui n'est qu'à toi grâce à tout ce que tu as vécu.

« Et ma 2<sup>e</sup> plus grande œuvre, disait-il, c'est d'avoir construit une famille avec Françoise. »

Rencontrer quelqu'un qui nous aime, ça nous fait avancer.

Avec son livre, Phil a voulu aussi lutter contre les préjugés. Ce préjugé où la société dit que si tu as été maltraité, tu vas maltraiter tes enfants. Ce livre montre que, pour lui, ça n'a pas été le cas. Il a réussi à équilibrer les choses. C'est ça aussi la résistance ou la résilience : c'est trouver un équilibre. Je crois qu'il a tout fait pour ne pas reproduire, avec ses enfants, ce qu'il a vécu. Il aimait ses filles.

On peut parler de résistance car Phil va réussir à ne pas se laisser détruire, à puiser des forces dans ce qu'il vivait et à devenir quelqu'un, même en partant de rien (d'où le titre de son livre « L'Art de Rien »). Evidemment, Phil est parfois tombé, mais il s'est toujours relevé.

Il n'a pas été un héros, c'est un homme tout normal, tout simple.

**Françoise explique ce qu'est ATD Quart-Monde : ATD, Agir Tous pour la Dignité. Quel que soit le milieu social d'où on vient, on a tous une dignité mais, malheureusement, elle n'est pas reconnue pour beaucoup. Les personnes vivant la pauvreté sont vues comme des sous-hommes, des sous-femmes, par la société, elles sont traitées de façon insupportable. On cherche à rejoindre d'autres et à travailler ensemble à ce que la vie soit plus juste pour tous et que chacun aie une place.**



« Toute ma vie, j'ai marché sur un fil, usant de ce sens de l'injustice ancré au plus profond de moi comme d'un balancier. »

# IL EN FAUT PEU POUR ÊTRE HEUREUX

un article de Claude

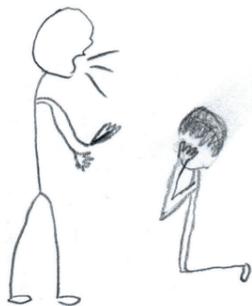


## PLACÉ TRÈS JEUNE ET SÉPARÉ DE SES FRÈRES ET SŒURS.

Claude commence par nous dire : « Moi, ma vie, rien de spécial ».

Puis il nous raconte : « J'ai été placé jeune, je ne sais pas à quel âge, mais j'étais encore petit. Je pense qu'on m'a placé parce que je cassais tout dans la maison.

## J'EN AI VU DU PAYS!



« J'en ai vu du pays ! J'ai été placé au Coq sur Mer, puis à Wavre, et enfin à Vielsalm où je suis resté presque 30 ans. A Vielsalm, j'y suis retourné chaque été pendant longtemps, ils m'aiment beaucoup là-bas.

Après Vielsalm, je suis venu à Bruxelles.

Au Coq sur Mer, on me maltraitait quand je faisais une bêtise.

**On me faisait manger à genoux**, de la pappe dégoûtante. Les éducateurs m'ont aussi frappé, mais pas beaucoup.



J'ai déménagé plusieurs fois à Bruxelles. Dans un des appartements, il n'y avait pas d'eau chaude, je suis resté un an et je suis vite parti de là.

C'est l'assistante sociale qui m'aidait à chercher des appartements.

Dans ma vie, **les assistantes sociales m'ont toujours aidé**, ce sont des personnes importantes pour moi ».



Je suis resté un peu avec mes deux frères, Jean-Pierre et Fernand dans un endroit à Vilvoorde, puis **on a aussi été séparés**. Mon père et ma sœur sont venus me voir quand j'étais placé à Vielsalm.

Nous ne nous sommes retrouvés Jean-Pierre, Fernand et moi que longtemps après, je crois que c'était 30 ans après au moins. J'ai des souvenirs de mon père mais pas de ma mère.

Ma sœur Christiane compte beaucoup pour moi, elle s'est occupée de moi quand j'étais enfant. Malheureusement, j'ai perdu sa trace. C'est une grande souffrance.

**Fernand est important pour moi**, il vient me dire bonjour tous les 15 jours, j'aime habiter proche de chez lui. »



Une assistante sociale est venue au Coq sur Mer pour moi et elle a décidé de me changer de lieu, elle a dit : « il faut partir d'ici ».

Après, je suis allé à Wavre. Là, il y avait aussi des coups.

Je suis allé ensuite à Vielsalm mais là, il n'y avait pas de violence.

Il n'y a aucun éducateur qui m'ait marqué, personne ne m'a aidé parmi les éducateurs. Ils nous disaient de prendre notre douche et c'est tout. Pas d'affection, non, non, aucune.

Quand je suis revenu à Bruxelles, je suis allé dans une institution à Uccle. Et après ça, j'ai eu un appartement où j'ai vécu tout seul ».

## VIVRE SEUL POUR ÊTRE TRANQUILLE

« J'avais envie de vivre tout seul, pas en groupe. J'avais envie d'être tranquille, pas de bruit, rien du tout. »

## J'AI ADORÉ TRAVAILLER

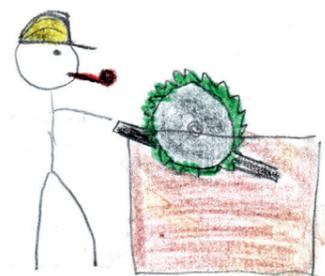
« **J'ai beaucoup travaillé** dans ma vie.

À Wavre, je faisais des pavés avec des petites pierres.

À Vielsalm, j'ai travaillé dans une scierie où j'ai perdu 3 doigts.

On coupait des cubes en bois pour faire les pieds des palettes.

Mes doigts sont partis dans la machine.





Le patron m'a amené à l'hôpital, j'y suis resté une semaine, pas plus. Le lendemain, ça faisait très mal.

**Je gardais quand même le moral.**

Puis j'ai travaillé à Bruxelles à Manu Fast.

On pliait des feuilles en deux et on les mettait dans des enveloppes. J'avais beaucoup d'amis à Manu Fast, mais je ne les vois plus.

J'ai une pension comme travailleur.

J'adore travailler. Mais le docteur m'a dit d'arrêter.

J'allais, chaque année, une semaine en vacances dans un endroit, mais c'est fini. Le monsieur qui tenait cet endroit est pensionné.



**LE PIVOT, UN ENDROIT IMPORTANT POUR MOI**

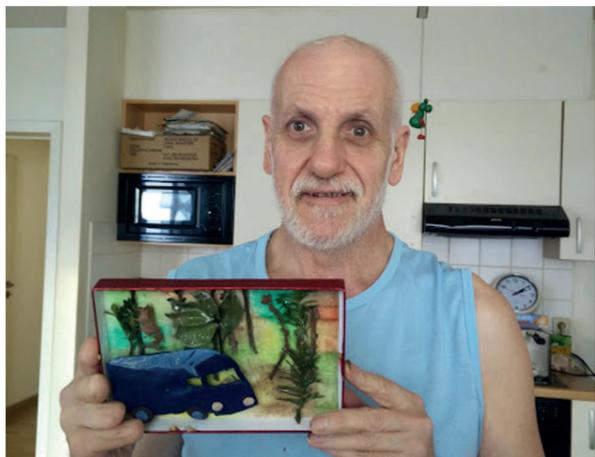
«J'adore le Pivoit que j'ai connu grâce à mon frère Fernand. Je me souviens très bien de la première fois où je suis venu au Pivoit. Mon frère m'attendait à l'arrêt de bus, je suis descendu et il m'a conduit jusqu'au Pivoit.

Quand je suis arrivé au Pivoit, avec Fernand, Marie a dit à Fernand : « bravo, c'est ton frère ! » J'ai eu un très bon accueil. Tout le monde a applaudi.

Je me sens bien au Pivoit. J'adore toutes les familles qui y viennent.

J'ai appris de tout au Pivoit: les jeux, participer à des réunions, faire des bricolages, ...

J'ai aussi eu cours avec Catherine pour mieux lire. J'aimais bien, c'est vrai.»



**AUJOURD'HUI, UNE RÉSIDENCE**

Claude vit actuellement dans une résidence : « Ils sont gentils là où je vis, je joue aux cartes avec d'autres.

**Moi, j'adore manger, mais pas toujours la même chose.**

Quand je vivais tout seul, parfois je cuisinais des frites, du steak, des légumes. Et j'achetais aussi des choses toutes prêtes que je mangeais chez moi. »

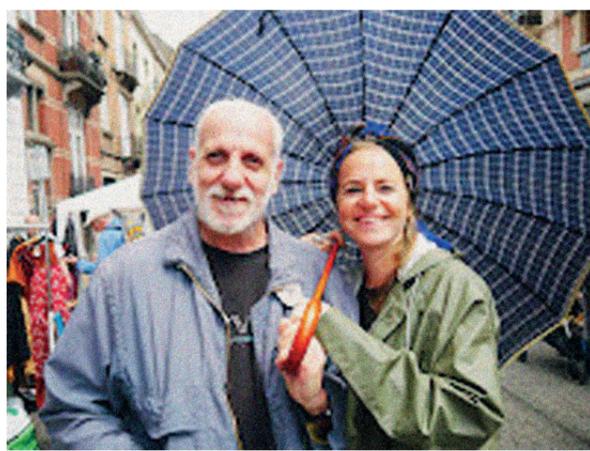


**Il en faut peu pour être heureux : bien manger, se promener, rencontrer d'autres personnes, pouvoir compter sur son assistante sociale, trouver des lieux chaleureux**

Quand on demande à Claude s'il a gardé des traces positives et négatives de sa vie, il répond : « **Pour moi, ma vie est impeccable** ».

On lui demande alors : « Tu as toujours vu la vie comme positive ? »

Il répond : « Voilà, exactement ». Quand on demande à Claude comment il gardait le moral, il sourit et répond : « Aucune idée. Je suis un homme costaud et voilà.



L'assistante sociale, c'est elle qui m'aide ».

Claude nous parle d'une brasserie où il aime aller **boire un verre** :

« Depuis presque un an, je vais à la brasserie chaque après-midi, j'adore y venir. C'est mieux là qu'ailleurs. Parfois, j'y mange aussi.

J'aime bien me promener. **Je me promène tout le temps, j'adore !** »

Claude participe également aux sorties culturelles organisées par le Pivoit.

Avec ses mots, Claude nous dit comment il a toujours su rebondir malgré les placement, la maltraitance, la séparation avec sa fratrie, son



accident de travail. Pour lui, les assistantes sociales ont joué un grand rôle. Son frère Fernand, qu'il a retrouvé après tant d'années, est très important pour lui.



Claude a pu prendre son indépendance et vivre seul, il a travaillé toute sa vie, a pris des temps de vacances et il adore manger ! Il a trouvé des lieux où il se sent bien : une brasserie où il va chaque jour, et le Pivoit, où il rencontre d'autres et participe à des activités.





venait me voir tous les jours, qui me donnait un coup de main, et par le neveu de mon compagnon qui me téléphonait tous les jours.

## MA FILLE ET MES PETITES-FILLES

Quand je suis vraiment dans des difficultés, je peux **compter sur ma fille**. C'est la seule sur qui je peux vraiment compter.

J'ai déjà failli me retrouver à la rue et c'est grâce à elle que je ne l'ai pas été. C'est grâce à elle que je suis encore debout maintenant.

## S'ACTIVER POUR SE RELEVER

Quand je suis vraiment à bout, **je nettoie à fond**, je fais les magasins, je discute avec des gens.

Je travaille pour une entreprise de Titres-Services depuis 13 ans, ce n'est pas facile tous les jours pour tenir l'église au milieu du village.

Il y a des jours où je pars au travail avec la peur au ventre parce que je ne sais jamais comment va être le client. Maintenant, j'ai décidé qu'en 2022, je ne me laisserais plus marcher sur les pieds, c'est fini. Je suis là pour les aider mais je ne suis pas leur esclave.

Pour moi, **aller travailler, c'est une fierté**. J'ai été au chômage avant mais je me suis dit que je devais prendre ma vie en main. **Je sais pourquoi je travaille, je sais que c'est pour payer mes factures, avoir un toit, gâter mes petites-filles**. Rester au chômage, je ne voulais pas.

Tout un temps, je me suis laissée aller et puis je me suis dit : « non, allez, tu as des gens qui sont derrière toi, et tu dois travailler tant que c'est possible ».

Quand je me lève pour aller travailler, je sais pourquoi je me lève.

**J**e m'appelle Patricia, j'ai toujours habité la commune d'Etterbeek depuis ma jeunesse. J'ai une fille, qui s'appelle Jennifer et j'ai deux petites-filles : Anaïs, 5 ans et demi, et Emma qui aura 3 ans au mois de juin.

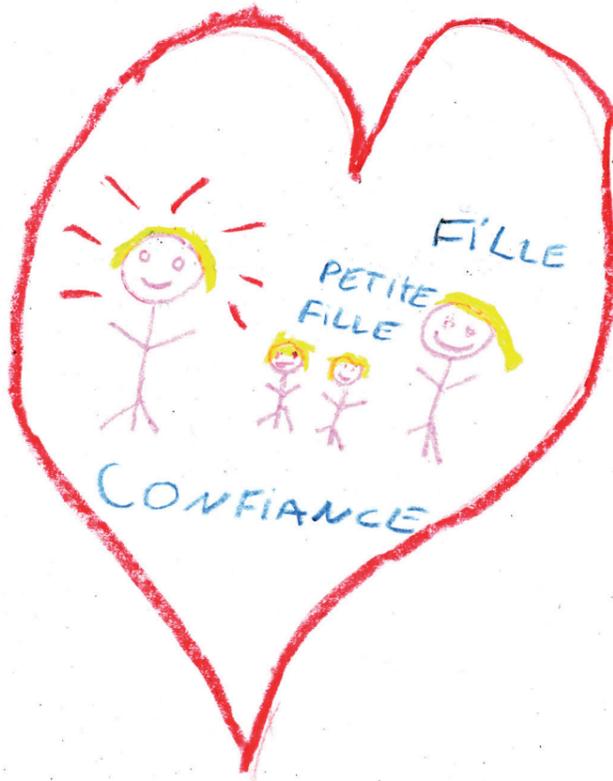
Je suis divorcée et je me suis remise en ménage depuis 22 ans.

## PLUSIEURS COUPS DURS DANS MA VIE

J'ai eu plusieurs coups durs dans ma vie mais j'essayais de combattre. J'essayais de me relever toute seule mais quand je n'y arrivais pas, alors, j'en parlais aux gens les plus proches autour de moi.

Toute petite, je me suis retrouvée dans la rue, seule avec toutes mes affaires. Je suis allée à la police et mon papa est venu me chercher.

J'ai vécu avec mon papa et ma grand-mère. Mais ma grand-mère, pour la loi, était trop vieille pour s'occuper de moi, alors qu'elle n'avait que 60 ans. Mon papa avait un horaire de travail irrégulier, il ne pouvait jamais être là quand je rentrais de l'école. C'est à cause de cela qu'il a dû me placer. J'ai été placée pendant 8 ans. Les week-ends, soit lui, soit ma maman venait me chercher.



Même si je cache à ma fille que ça ne va pas, elle va le voir et me dire : « bats-toi, tu as deux petits bouts derrière toi ».

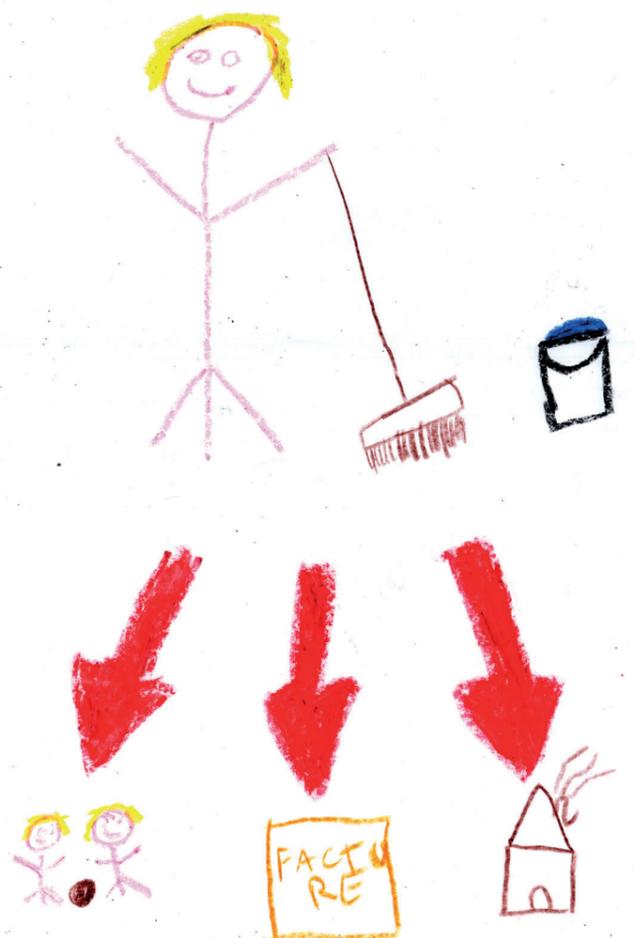
Quand on a besoin l'une de l'autre, on est là.

Le jour où je perds ma fille, là...

Avant d'avoir ma fille, je n'avais personne pour m'aider. Je me suis sentie très seule. Je ne pouvais compter que sur moi-même. J'ai eu vraiment beaucoup de mal. On ne pouvait rien me dire parce que j'explosais. Je bouffais le nez à tout le monde.

Quand je repense aux choses difficiles que j'ai vécues, je me dis : « pense à autre chose. Maintenant, **tu as ta fille, tes petites-filles, ton compagnon. Bats-toi pour eux, sois forte** ».

Parfois, j'ai du mal, mais le lendemain, je me lève.

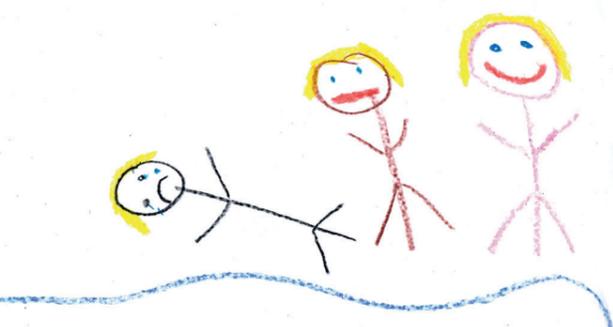


Au début, c'était très difficile, je pleurais beaucoup car je me demandais pourquoi. **Je me demandais : « est-ce que j'ai fait une bêtise ? »** Il y avait des éducatrices plus douces que les autres, et elles m'ont beaucoup aidée. **Elles**

**m'ont expliqué pourquoi j'étais placée, que ce n'était pas de ma faute.**

J'ai eu ensuite dans ma vie d'autres gros coups durs.

Récemment, j'ai eu un très gros coup dur, mais j'étais bien entourée, par ma fille qui





## LE PIVOT

Le Pivot, je le connais depuis que je suis petite. Toute la famille y est allée : mes cousins (la famille Cnop), ma cousine...

Je venais aux activités mais pas aux camps. J'ai fait les masques des Schtroumpfs avec mon parrain pour le défilé de Saint-Nicolas.

Grâce au Pivot, j'ai vu la Reine Fabiola. Elle est venue nous rencontrer.

Quand j'ai connu mon ex-mari, j'ai tout abandonné. Et je reviens pour mes petites-filles !

C'est Greg et Julie qui nous ont parlé du Pivot, je n'y avais pas pensé spontanément.

Quand je viens au Pivot, je suis hors de chez moi, ça me fait du bien. J'ai mis longtemps à revenir mais voilà, grâce à mes petites-filles...



## DANS MA VIE ACTUELLE, JE ME SENS TRÈS BIEN

Même le médecin se demande comment j'ai tenu le coup. Des personnes à qui je me suis un peu confiée sur ma vie, m'ont dit : « Et tu es encore là ? !!! »

Les traces négatives que je garde de ma vie, c'est qu'on m'a beaucoup abandonnée, ça laisse des traces. Et le côté positif, c'est que j'ai pu construire ma vie, ma famille. Ma fille n'a pas toujours eu tout ce qu'elle voulait étant petite, j'ai fait comme j'ai pu, j'ai toujours tout fait pour elle.



J'ai du mal à faire confiance et à me confier, car j'ai peur qu'on transforme de travers tout ce que je dis.

Il n'y a que ma fille qui connaît toute ma vie.

Si je devais donner un conseil, je dirais d'essayer : « si tu tombes, essaye de te relever et recommence ».



Il ne faut pas hésiter à demander de l'aide. Au début, j'étais gênée. Il faut trouver quelqu'un de confiance, et oser parler de ses problèmes.

Je terminerai en disant : « Il faut prendre la vie comme elle vient ».

# ÉCRIRE POUR REBONDIR

Parmi les familles qui se rassemblent au Pivot, certaines ont déjà publié un livre sur leur vie : Jojo Bouchat, Pierre Gielis.

D'autres écrivent leur vie mais n'ont pas ou pas encore partagé leur récit à un large public.

Mettre par écrit sa vie, c'est un moyen de se relever, de relire ce qu'on a vécu, de faire mémoire de ses combats, des choses plus douloureuses, des réussites aussi.

Voici le témoignage de Stéphanie qui écrit depuis très longtemps. Cela l'aide à rebondir.

J'écris depuis l'âge de 13 ans, quand j'ai été hospitalisée en psychiatrie. J'étais quelqu'un de très réservé, de très renfermé sur moi-même, je ne parlais pas facilement. La psychologue m'a dit : « Si tu ne peux pas t'exprimer, parce que tu es trop réservée ou bloquée, essaye d'écrire ce que tu ressens ».

J'ai commencé à écrire simplement ce que je ressentais et, avec les années, j'ai remarqué que j'avais un don pour l'écriture. Il me suffit d'un mot, d'un son, et je peux écrire des textes poétiques.

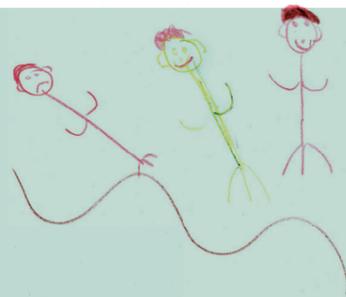
Écrire me permet de me libérer des sentiments que je peux ressentir. Au début, par

pudeur, je ne partageais pas ces textes et puis, j'ai commencé à publier sur Facebook. J'ai eu des retours de personnes qui me disaient qu'ils se reconnaissaient dans mes textes, et j'ai eu envie d'écrire pour ces personnes qui, comme moi, n'arrivent pas à exprimer ce qu'elles ressentent, qui n'ont pas cette chance d'avoir le don d'écriture. Quand ces personnes se reconnaissent dans mes textes, je ressens une certaine gratitude d'avoir pu les aider à travers mes écrits.

Me relever de situations difficiles passe par l'écriture. Mes textes parlent de rupture, de débordements vécus en tant que maman, de maladie parce que mon enfant est différent, des combats que je mène, et je sais qu'on est nombreux à vivre tout cela.

Il y a des textes plus tristes, plus noirs, d'autres plus heureux, plus poétiques. Ils disent tout ce que j'ai vécu mais pas dans le détail car c'est trop personnel. Pour moi, les mots soignent les maux.

J'ai le projet de rassembler ces textes dans un livre. Si mes textes peuvent aider des personnes à mettre des mots sur ce qu'elles ressentent, si je peux laisser une trace de moi, sur terre, pourquoi pas ? J'ai rencontré des



personnes, dans ma vie, qui m'ont aidée, alors, si moi, je peux aider, c'est un juste retour des choses.

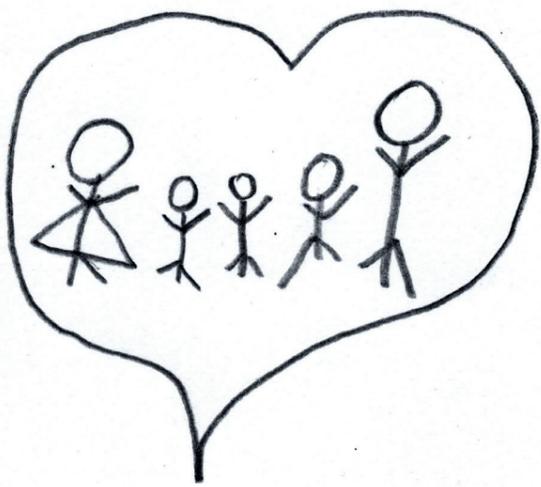
Je vais publier en auto-édition. C'est une aventure tellement folle ! On verra...



# MON PASSÉ FAIT DE MOI MON AVENIR

Un article de Sylvia

Dans ma vie, j'ai pu rebondir face à des choses difficiles que j'ai vécues, **grâce à mon mari, mes enfants, des personnes, grâce à des rencontres, des moments forts partagés, grâce aux livres, aux formations.**



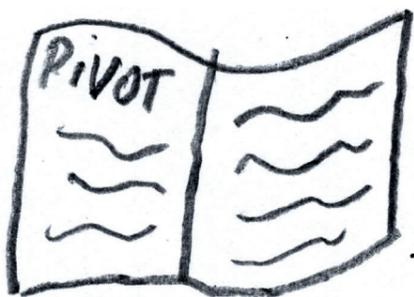
## LA RENCONTRE DU PIVOT

J'ai rencontré Henri, des animateurs et des animatrices en 1974/75, j'avais environ 5 ans. J'habitais rue des 2 Ponts, on jouait dans la rue.

Un jour, des jeunes adultes sont venus se mettre sur le pas des portes, pour lire avec les enfants qui étaient là. **Moi, j'ai directement accroché avec les livres.** Puis une maison s'est ouverte à la Rue de l'Étang. Nous nous retrouvions, dans cet endroit, les samedis après-midi.

J'ai surtout accroché à la lecture plus qu'aux activités créatives. La lecture, les livres me permettaient de m'évader quand ça n'allait pas. Les livres m'ont rendue curieuse de ce qui se passait en dehors de mon quotidien. J'avais envie de connaître de nouvelles choses.

**Les livres** me protégeaient de ce que je vivais, et ils **me poussaient à aller de l'avant.**



## Les camps étaient des moments importants.

Ils m'ont permis de m'évader, dans le bon sens, d'avoir un sas de décompression.



C'est clair qu'Henri m'a aidée à me construire ainsi que des animateurs de l'époque. Je pense à Reynelde qui a été quelqu'un de super important pour moi au Pivot, à Françoise van Innis qui m'a vraiment portée vers le haut et m'a partagé son amour pour les histoires.



C'est grâce au Pivot, et au lien que le Pivot avait avec ma famille, mes parents, que j'ai pu m'épanouir et sortir de mes soucis. C'est important de savoir qu'il y a un lieu où on ne te juge pas et où on te valorise.

J'ai mis mes enfants au Pivot parce que c'est un lieu que je trouvais tellement essentiel que j'avais envie qu'ils le connaissent.

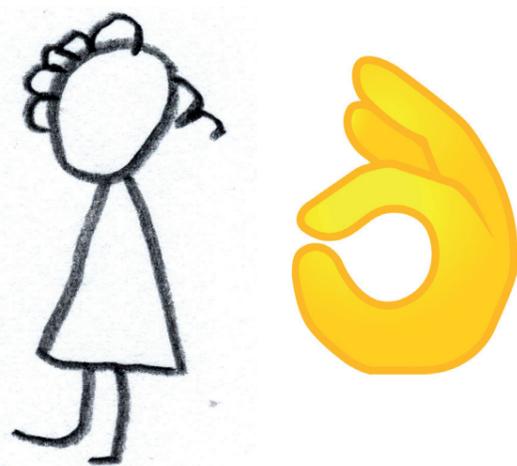
## LES ÉTUDES, L'INTERNAT

J'ai eu la chance de pouvoir aller dans un internat et une école à Rixensart, c'était une IMP (Institut Médico Pédagogique). Là, j'ai pu me ressourcer et aller de l'avant.

Très vite, j'ai pu rejoindre l'école du village. Cette école m'a beaucoup stimulée à aller de l'avant.



Ce qui m'a aidé ensuite, c'est la rencontre avec des éducateurs. Ils m'ont donné l'envie de faire le métier d'éducatrice. Je me disais : « Si moi je peux amener un peu de réconfort et de tendresse comme j'en ai reçu au moment où j'en avais besoin, ma vie ne servira pas à rien ». J'avais 13, 14 ans quand j'ai décidé que ce serait mon métier.



En secondaire, j'ai suivi une formation en aide aux personnes car je voulais être en contact avec les gens. En 3ème et 4ème secondaire, j'allais dans des maisons de retraite, des institutions. Je travaillais dans les cuisines et avec l'équipe de nettoyage, pour venir en aide aux personnes indirectement. Et puis, en 5ème et 6ème, j'ai suivi une formation d'aide soignante et sanitaire, et là, j'étais plus en contact avec les personnes.

C'est à cette époque que **j'ai découvert le monde du handicap et je suis restée dedans jusqu'à maintenant.**



## LE TRAVAIL ET LA REPRISE DES ÉTUDES

Après **mes études d'éducatrice A2**, j'ai trouvé du boulot et j'ai travaillé pendant 15 ans dans le milieu du handicap.

Quand j'ai été diplômée du secondaire, j'ai suivi des études d'éducatrice A2 à Liège. J'avais un kot. Comme j'avais déjà une qualification, j'ai pu faire mes études d'éducatrice en 2 ans au lieu de 3.

## LA FAMILLE, LE COUPLE

Ma famille est très importante: mon couple et mes enfants. Mes enfants partent tout doucement de la maison, c'est une étape.

Je suis fière d'eux. Manuel, après des études professionnelles en ébénisterie, travaille depuis 2013 dans le placement de cuisines. Il est heureux, il aime ce qu'il fait. Le 2ème, Guillaume, après avoir travaillé, a repris des études d'éducateur spécialisé en promotion sociale.

Samuel a trouvé un boulot et travaille dans une branche qu'il aime bien. Moi je suis contente si mes fils sont heureux et font ce qu'ils aiment.

Mon couple est très important dans ma vie. Mon mari va être pensionné au mois de juin, donc il va être plus à la maison, j'ai envie de pouvoir en profiter.

Quelque chose qui nous anime, mon mari et moi, ce sont les voyages. Ce qui nous plaît à tous les deux, c'est de pouvoir découvrir des lieux, des endroits, des gens, ...



Puis, à la longue, je commençais à travailler avec un peu d'automatismes et je trouvais que c'était dommage. Je voulais avoir d'autres bases, alors, j'ai repris des études d'éducatrice spécialisée, en 3 ans, en cours du soir, en promotion sociale. C'était un défi, parce que continuer de travailler avec les enfants qui étaient encore petits, tenir le ménage, la maison, et reprendre des études, tout à la fois, ce n'était pas évident. J'ai eu mon diplôme en 2009, j'avais 40 ans. Et là, j'étais contente.

Ce diplôme d'éducatrice spécialisée était, pour moi, un beau succès.

J'ai toujours été entourée de personnes qui m'ont soutenue, qui m'ont aidée. En premier, j'ai été soutenue par mon mari et mes enfants. Et aussi par mes parents qui étaient fiers de moi: de voir leur fierté, ça porte quand même beaucoup. J'ai été encouragée par le Pivot et des collègues au travail.

Maintenant, je travaille toujours dans le milieu du handicap, mon travail est important pour moi.



## MA FORCE: DES PERSONNES QUI ONT CRU EN MOI

Ma force, c'est qu'il y ait des gens qui ont cru, qui croient toujours en moi. Me sentir importante aux yeux de certaines personnes me donne de la force. Surtout dans les moments où ça ne se passait pas bien pour moi, de savoir qu'il y avait des gens qui croyaient en moi, et qui m'aimaient, était quelque chose de super important.

Me sentir valorisée aux yeux de gens importants pour moi, c'est cela qui m'a permis de remonter vraiment.

## RÉSILIENCE

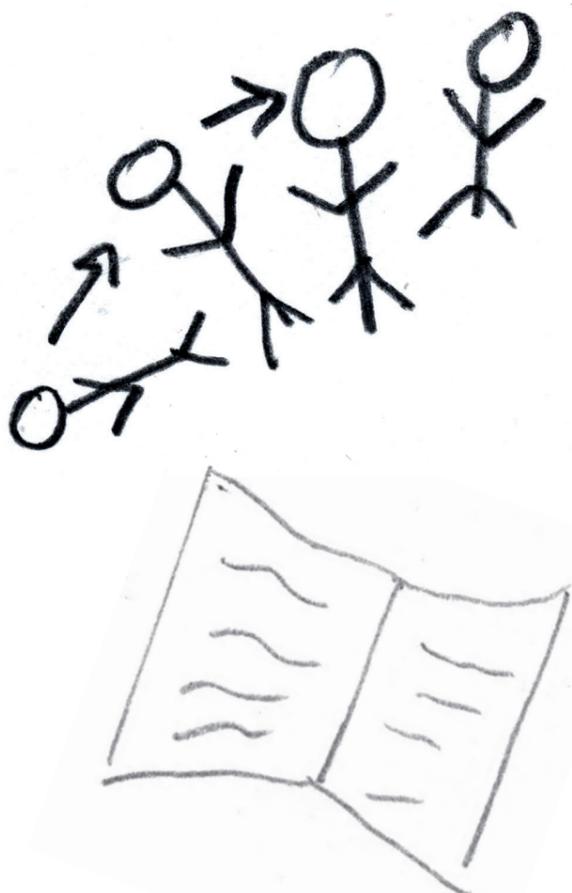
Alors oui, je connais ce mot, j'ai fait des études où on a parlé de résilience, je m'y suis vite retrouvée dans ce mot.

Il y a eu des moments plus lourds dans ma vie. Le fait de retomber plus bas, à un moment donné, tu touches quelque chose qui te fait remonter, et ce quelque chose, c'est quelqu'un, c'est toi-même. Aller plus bas, c'est pas possible, il faut bien remonter.

Je considère que j'ai pu être résiliente envers mon passé.

En effet, je tire du positif de ce que j'ai vécu. Tout ce qui a fait ma vie jusqu'à présent m'a forgée. Je ne suis pas sûre que si je n'avais pas vécu ce que j'ai vécu, je serais comme je suis. Je serais peut-être mieux (rires) ou pire.

**J'ai envie de terminer en disant: Mon passé fait de moi mon avenir.**





### L'équipe du journal s'agrandit

Bienvenue à Maria comme journaliste. Maria a connu le Pivot il y a un an. Sa fille, Nour, participe aux activités enfants du Pivot tandis que Maria vient régulièrement au Samedi du Lien. Elle habite le quartier.

## LE FLASH-INFO

### Naissance

Geneviève et son mari Philippe sont grands-parents pour la 2<sup>e</sup> fois. Après Ulysse, c'est une petite Lila, qui est née chez leur fille Claire et leur beau-fils, Nicolas.



Un stage de carnaval, en partenariat avec des associations du quartier comme La Maison de quartier / Wijkhuis Chambéry, ou le centre culturel Senghor, a eu lieu au Pivot, pour les enfants. Cette année, le thème était « trompe l'oeil ». Les enfants ont réalisé des tenues, des coiffes, une installation et se sont plongés dans le monde de l'artiste japonaise Yayoi Kusama. Une équipe de cuisine, tournante, préparait chaque jour une délicieuse soupe fraîche et un goûter, grâce à un subside de la commune d'Etterbeek.

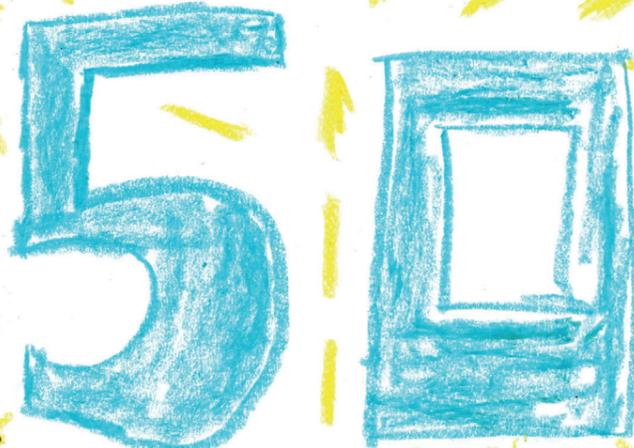
### Stage de carnaval



### Le Pivot a 50 ans, c'est la fête!

Le vendredi 20 mai 2022 de 17h30 à 22h, venez fêter les 50 ans du Pivot dans la salle « Bouche à Oreille », Rue Félix Hap 11, à 1040 Etterbeek. Que vous soyez passés à un moment de votre vie par le Pivot, que vous y soyez toujours actifs, que vous habitez loin ou proche, bienvenue!

Au programme : cérémonie officielle (à 18h), exposition, spectacle de marionnettes, films, albums photos à regarder, concert, sandwiches.



### Bon vent, Margaux!

Margaux, après des années passées au Pivot dans un engagement avec les familles dans de nombreux projets : le groupe « Demain », le Front Rendre Visible l'Invisible, la journée mondiale du refus de la misère du 17 octobre, la réalisation d'un projet photographique, la Ducasse, la Zinneke... a décidé d'aller apporter son enthousiasme et son militantisme dans un autre projet.

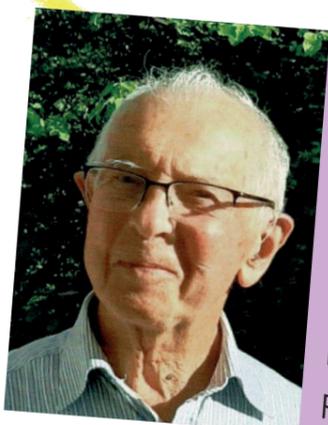
Bon vent Margaux



### 25 juin:

#### Brocante et Ducasse

La Brocante, organisée par le Pivot, aura lieu le même jour que la Ducasse, le 25 juin 2022. Plus d'informations suivront.



### Au revoir Martial

Nous sommes de tout cœur avec Jeannette à l'occasion du décès de Martial. Jeannette et Martial ont longtemps prêté leur maison à la mer pour que des familles puissent prendre des temps de vacances. Jeannette a aussi tenu le magasin avec Marie Clark et toute l'équipe.

Ils sont tous les deux importants dans l'histoire du Pivot et pour les familles qui les ont connus.

**Pivot**  
de la honte à la dignité

[www.lepivot.be](http://www.lepivot.be)

163, rue Philippe Baucq  
1040 Bruxelles – 0471 / 64.68.79  
lepivot@lepivot.be