



*Me revoici cher Bukavu.*

*Cette année, j'y suis revenue avec d'autant plus d'émotions, que j'y retournais avec mes deux sœurs Béatrice et Chantal. Nous repartions, leur coeur en poupe, comme il y a 50 ans (et oui vous avez bien lu !). Notre enfance (\*), avec toutes ses odeurs, ses saveurs, et son innocence trempée et colorée à jamais dans les eaux de ce Lac Kivu ... imprégnée de cette terre belle, abondante, joyeuse.*

*Tout cela reste intact dans l'alcôve précieuse de mon âme... Seuls les paysages, les politiques, les gens changent ! Et quels changements ! Un remugle de constructions, désespérant, chaotique; elles griffent et souillent le beau vert des collines de mes souvenirs ... les bleus, en haut, en bas, en sont délavés, avachis, poussiéreux à mourir... et tout est si tristement désorganisé.*

*Mais rien n'y fait, Bukavu, je t'aime quand même !*

*Personnellement, je me suis essentiellement consacrée à l'Hôpital Panzi et ai fait de brèves apparitions au Foyer pour enfants "Ek'Abana", à mon grand regret, car ces enfants, Sœur Natalina et son équipe méritent toute l'attention qu'on peut leur porter. Mes deux chères sœurs ont, pour leur part, fait "des merveilles" au Foyer d'Ek'Abana. Chantal a continué son action de formation psychoéducative pour les éducateurs et Béatrice s'est occupée avec beaucoup de coeur du bien-être des enfants et de la planification des tâches de l'équipe. Et malheureusement, je n'ai pas eu également matériellement le temps d'aller voir mes amis de l'Hôpital Ciriri. Mes partenaires de 2015, Sophie et Claude Mertens repartent de leur côté en août et vont combler ce vide pour moi. Merci les amies !*

*Je vous propose ci-après le compte-rendu de mes activités 2017 essentiellement centré à l'Hôpital de Panzi, dans la continuité de mon projet "Les Mères Veillent" ...*

*Je vous remercie de tout coeur de me lire et de me soutenir, cela donne sens à mon action.*

*Bien à vous, Michèle*

*(\*) Cette enfance, je l'ai livrée dans un livre "Mes-Sages, ou l'esprit de l'enfant"; le chapitre 6/ Poli-Sages est empli de ce merveilleux Bukavu, mais aussi de notre départ en juin 1967 et du dernier regard lié à l'enfance que j'ai porté sur le Kivu.*



## Compte-rendu mission Panzi du 13 février au 7 mars

### Introduction

Dans le cadre de mon projet « **Les Mères Veillent** » à Bukavu, notamment pour l'Hôpital de Panzi, il m'a été demandé de revenir pour compléter et consolider ces activités auprès du Service Violences Sexuelles (SVS) de l'Hôpital, via ses coordinateurs Mr Eric Wynants (Médecins du Monde) et la responsable Dr Néné.

Dans la continuité de ce que j'avais entrepris précédemment, ma proposition comprenait essentiellement:

#### 1. Le suivi du staff de psychologues attachés à SVS et à l'Hôpital de Panzi, comprenant :

Leur formation à des techniques de psychothérapeutiques pertinentes par rapport à leur public cible et les tableaux cliniques rencontrés (femmes et enfants traumatisés, urgences douloureuses, peu de séances possibles et peu de moyens à disposition), Supervisions, études de cas, interventions collégiales,

Ressourcement personnalisé des équipes soignantes et des psychologues.

Préparer 2 personnes à la continuation de l'animation yoga et 2 autres pour la pleine conscience,

#### 2. La formation des intervenants (de tout le staff SVS et certains membres du personnel de Panzi)

Leur sensibilisation à la gestion du stress et à de techniques utiles telles que le yoga pour le ressourcement physique, la pleine conscience et l'assise pour le ressourcement mental,

Animation des ateliers pratiques de yoga et pleine conscience,

Sensibilisation à l'animation de deux personnes pour le yoga et de deux autres pour la pleine conscience,

Continuation de la sensibilisation à la Relaxothérapie® à la kinésithérapeute.

#### 3. Des séances individualisées de prise en charge des intervenants en demande,

en vue de prévenir le stress professionnel (surmenage et surcharge émotionnelle liée à leur profession).



Présentation Power Point



Formation des intervenants





*Docteur Néné*



*Eric Wynants*



*Equipe soignante*



## *Ma mission à l'hôpital de Panzi*

**Buts :**

***pour y transmettre et appliquer la méthode conçue par mes soins, la Relaxothérapie®.***

**Tout particulièrement pour la toute jeune équipe de psychologues, répondre à leurs besoins d'être encadrés et de voir leurs compétences renforcées.** Après avoir vainement cherché au Kivu et ailleurs un psychologue congolais expérimenté afin d'appuyer le fonctionnement de l'équipe des psychologues, la coordination du projet SVS s'est tournée vers moi, psychologue / psychothérapeute qui, depuis 2011, vient bénévolement à Panzi et dans d'autres structures sanitaires de Bukavu, pour y transmettre et appliquer la méthode conçue par mes soins, la Relaxothérapie®. C'est une technique à médiation corporelle qui pourra sans doute, après une période d'expérimentation et de réflexion collégiale, être appliquée aux victimes de l'hôpital. Elle s'adapte en effet aux besoins des personnes traumatisées et grâce à sa gestuelle spécifique, elle semble pouvoir particulièrement s'adapter aux victimes des violences sexuelles.

Mais cette année, comme demandé, l'accent a été mis sur l'aide à apporter à l'équipe de psychologues afin de renforcer leurs compétences thérapeutiques. Je me suis proposée de **leur apporter mes outils et mes acquis de terrain pour traiter le stress chronique et traumatique**, puisque cela fait 30 ans que j'ai fondé mon centre spécifiquement orienté sur ces problématiques. L'expérience accumulée m'a permis de sélectionner des techniques particulièrement efficaces pour le traitement individuel et de les remanier afin d'en faire des instruments de travail rapides et de relance pour le (la) patient(e) ; je parle de la thérapie stratégique, la thérapie brève, la thérapie orientée solutions, et pour la communauté, l'accompagnement au-delà du trauma (AAT). Suivant le degré de stress et l'état de la victime,

ce sera l'une ou l'autre de ces trois techniques qui sera le plus judicieusement applicable. Tout l'art du thérapeute sera de bien choisir la technique, et à quel moment l'appliquer ; de faire le lien avec les autres méthodes déjà acquises et de se sentir à l'aise pour passer de l'une à l'autre.

A force de travailler directement avec des patientes traumatisées physiquement, psychologiquement et socialement, les staffs du Projet SVS – en particulier les staffs médical, paramédical et psychosocial – courent le risque de développer eux-mêmes des symptômes de dépression et d'anxiété, voire un épisode de burnout ; c'est pourquoi une attention particulière doit être accordée à **leur bien-être au travail**. J'ai donc mis au point un programme « **d'Aide à l'Aidant** » comprenant des séances de Relaxothérapie® adaptées, des séances d'écoute, des ateliers de yoga et cette année-ci, des sessions de pleine conscience. C'est avec joie que je peux dire qu'elles commencent déjà à porter leurs fruits.

### *Déroulement de la mission*

**Mardi 14 février soir :** Eric Wynants et Dr Néné me rencontrent au centre Olamé pour me donner les premières directives, car Dr Néné prenait quelques jours de congé.

**Mercredi 15 février :** préparation de mes documents pédagogiques afin de faire des syllabus pour chacun des psychologues ; ce fut un très gros travail pour dénombrer, rassembler, classer le grand nombre de documents. Nous travaillons encore beaucoup sur base de documents papiers car tous n'ont pas encore accès à un ordinateur. Ensuite, réunion de préparation de mon programme. Visite et salutations des différents services de l'hôpital ; accompagnement du bailleur de fonds.

**Jeudi 16 février, vendredi 17 février et lundi 20 février** : trois jours intensifs avec le staff de psychologues afin de rappeler et compléter les aspects théoriques déjà abordés en août 2016, tels que : les éléments psycho-physiologiques du stress, approfondissement des notions de stress chronique et traumatique, transmission de trois approches thérapeutiques individuelles (thérapies stratégique, brève, orientée solutions), leur différence et leur point commun, leur mode d'utilisation selon le cas ; une approche thérapeutique à utiliser dans la communauté (AAT, l'accompagnement au-delà du trauma) et déjà abordée en août dernier.

**L'après-midi du 20 février** a été consacrée à une intervision et la préparation du cas de Marc, présentée au Docteur Mormon et à Madame Blavier par vidéoconférence, professeurs à l'UCL Louvain-La-Neuve, qui proposent gracieusement leur supervision. Toute la matinée du mardi 21 février a été consacrée aux différentes études de cas amenés par les psychologues / les difficultés rencontrées généralement dans leur pratique (la pauvreté, le pluriel des problèmes, la souffrance enfuie ou trop apparente, le manque de temps...), le débat a été très animé quant à la recherche de l'outil thérapeutique le plus adéquat et à son application.

**À partir du mercredi 22 février**, je me suis consacrée à des présentations Power Point et des animations sur l'importance de la gestion du stress et du bien-être au travail, au niveau de tout le staff SVS. Il comporte au total 32 personnes et a été subdivisé en quatre groupes. Le mercredi 22, j'avais donc le premier groupe, le jeudi 23 le deuxième groupe, le vendredi 24 le troisième groupe et le dernier groupe, le quatrième, le lundi 27 février.

Je leur ai parlé de 2 différentes techniques que j'utilise régulièrement dans mon centre à Bruxelles et qui

sont particulièrement utiles au niveau de l'autogestion du stress :

1. En ce qui concerne le stress physique, des exercices de yoga ciblés qui permettent non seulement le maintien de la santé, mais aussi la relance du tonus ; et
2. en ce qui concerne le stress mental, je leur ai proposé une sensibilisation à la pleine conscience, qui permet de calmer l'esprit et l'apaisement des pensées anxieuses. On trouve en effet en général deux sortes de réactivité au stress liées à l'extraversion et l'introversion : des personnes qui face à l'hyperstimulation vont accélérer le mouvement et produire plus d'actions et celles qui vont plutôt mentaliser et intérioriser la charge ressentie.

Tous les groupes se sont montrés fort enthousiastes, car les exercices proposés répondent bien aux différents désagréments vécus par le personnel soignant, c'est-à-dire les contractures, les maux de dos, la fatigue, les douleurs à l'estomac, les ruminations, la nervosité et les insomnies... La grande difficulté étant de les persuader de prendre du temps pour s'occuper d'eux-mêmes et pratiquer les exercices. Tout mon travail durant cette présentation avait pour but de les persuader du bien-fondé de gérer son stress, de leur démontrer l'importance d'apprendre à se déposer physiquement et de se poser mentalement.

**Du lundi 20 février au mercredi 1er mars**, j'ai proposé toutes les après-midi, des séances individuelles personnalisées, pour les membres du staff et le personnel de Panzi qui le souhaitaient ; chacun pouvant y trouver une écoute attentive, de l'accompagnement dans une résolution de leurs problèmes personnels ou professionnels, un travail en Relaxothérapie® et des exercices adaptés.

Le samedi 25 février, j'ai eu l'occasion de rencontrer le Docteur Mukwégé afin de lui exposer brièvement le contenu de ma mission et déjà de lui remettre un premier rapport avec mes perspectives



*Le Docteur Mukwégé, le directeur de l'Hôpital Panzi, une personne dont j'apprécie l'humanité*

**Le mardi 28 février**, il m'a aimablement été demandé de participer à la réunion du staff SVS avec des membres de la Fondation de Panzi. J'ai été sollicitée pour expliquer brièvement ma formation aux techniques psychothérapeutiques donnée aux psychologues SVS (c'est à dire les thérapies stratégique, brève et orientée solutions, et l'AAT). Le coordinateur, Justin, a mené rondement cette réunion pour pouvoir avancer sur le rapport « Les piliers du travail psycho-social » (mis en route par Claudia Noguera) et y a fait intégrer les techniques susmentionnées, puisque les psychologues SVS se sentaient déjà prêts à les intégrer dans leur pratique quotidienne.

J'ai pu intervenir sur le fait que j'étais pleinement d'accord sur la nécessité de renforcer cette entité psycho-sociale, afin d'en renforcer l'image et de lui permettre de devenir une unité de représentation auprès de l'autorité provinciale.

J'ai également pu souligner que le principal de ma mission consistait non seulement à transmettre mes canevas de travail thérapeutiques mais également d'aider le psychologue à acquérir de la fluidité dans leurs utilisations. Et surtout, de leur permettre d'accéder à la pertinence de l'indication de la technique, c'est à dire savoir non seulement comment utiliser la technique mais aussi quand ?, dans quel champ de besoins de la victime est-elle le mieux indiquée ? J'ai pu fournir aux psychologues deux lignes directrices : 1) suivant l'urgence douloureuse, c'est à dire suivant une ligne du temps, où la victime présente : soit a) un état de choc, b) de grandes perturbations neurovégétatives, c) des poches de dissociation ou des symptômes puissants, d) des impressions d'être submergée par ses perturbations psycho-émotionnelles, e) il y a une relance partielle de sa pro-activité et des signes de résilience...

La 2<sup>ème</sup> grille de travail ébauchée est tirée de la typologie utilisée pour la Relaxothérapie® et basée sur les personnalités (3 types : stressé moteur, anxieux, sensitivo-émotif). Et enfin, j'ai pu leur démontrer l'importance de faire, avec Claudia Noguerra et Eric Wynants, l'articulation entre tous les savoirs et outils que le staff de psychologues a pu acquérir depuis deux ans (je parle de l'articulation entre la NET, la thérapie neurocognitive, la musicothérapie, le neuro feed-back, l'approche systémique ou familiale, la thérapie de soutien et d'accompagnement, et maintenant mes outils : thérapies stratégique, brève, orientée solution, et thérapie de l'acceptance.

Judicieusement, Justin a demandé à Divine de nous expliquer synthétiquement le projet « **Les enfants de Panzi et d'ailleurs** » (projet proposé par Mme Véronique Dekeyser, collègue belge que j'apprécie beaucoup) et surtout, l'outil que les assistantes utilisent dans les villages pour évaluer le suivi des enfants qui ont été traités à Panzi, « le Pentagone ».

Je suis contente d'avoir pu échanger avec Divine et d'avoir pu comprendre comment cet outil fonctionne. J'en ai profité pour rencontrer les responsables de la Maison Dorcas.

**Le vendredi 3 mars en matinée**, j'ai donné à toutes les personnes qui le souhaitent un cours de yoga en groupe. Il faut toujours tout un temps pour que les gens s'y mettent mais après, ils sont très satisfaits. J'ai eu de bons feed-back tels que : « je me sens mieux, j'ai moins mal, je suis plus en forme », etc.



*Réunion avec le staff SVS*



*Une équipe de psychologues du tonnerre !*



*Apprendre à doser : efforts - relax ... à appliquer dans son travail*



*Le yoga : finalement c'est appréciable !*

**Le samedi 4 mars** a été entièrement consacré à une sortie récréative au parc de Lwiro. Pour profiter pleinement de ma présence à Bukavu, Eric Wynants m'a demandé d'animer le groupe.

Je n'ai pas voulu insister sur le yoga, j'ai donc proposé de faire une animation de type « team building », avec des jeux permettant de pointer les valeurs utiles dans le travail d'équipe. J'ai donc préparé 10 exercices pointant vers des thèmes tels que la cohésion, la collaboration, l'entente, l'écoute... ceci étant détaillé dans le document « journée récréative ».

**Le lundi 6 mars**, mon dernier jour à Panzi, a été très rempli. Cette journée se voulait consacrée au bilan de ma mission avec chaque personne concernée et notamment avec tous les psychologues. Une réunion de conclusion avec le Docteur Néné, Eric Wynants.

Suite à la venue de Fabio et Oulélé, le temps était fort compté mais nous avons quand pu discuter de l'articulation des techniques dans le travail du staff Psy, de la journée récréative, de la suite à apporter à mon action. Je n'ai malheureusement pas eu l'occasion de revoir et de faire un dernier-feedback au Docteur Mukwégé ; je le ferai donc par mail.

Durant la matinée, j'ai encore pu faire 3 études de cas avec les psychologues. Je leur ai demandé également de remplir un questionnaire de satisfaction et surtout de me fournir des éléments sur ce qu'ils souhaiteraient, de m'écrire les éléments de changement qu'ils espèrent afin d'améliorer leur travail, j'ai cherché aussi à voir comment ils voyaient le suivi de cette formation.

J'ai eu l'occasion de voir et de travailler avec deux patientes directement en salle, qui présentaient un tableau clinique de grand découragement et déprime : elles ne vou-

laient plus être réopérées ; en effet, ce sont des cas d'échecs après opérations chirurgicales fistulaires. Le médecin chirurgien ayant demandé aux psychologues d'intervenir pour les faire changer d'avis et les encourager à se faire réopérer car il y avait risque de surinfection et surtout de perturbations rénales. J'ai pu intervenir 2 fois sur la matinée, durant 20 minutes. J'ai fait en sorte qu'elles ne doivent pas bouger et leur ai fait quelques gestes de Relaxothérapie® en 4 étapes : a) travailler sur les mains, ayant de nombreuses connexions neuronales dans le cerveau, et assimilées à la notion d'action volontaire ; ce travail sur les bras permet aussi la décharge du stress des épaules, b) « recharge » au niveau du dos et des reins, c) pressions au niveau des articulations et des bras, avec la présence de mains « bienveillantes » (enveloppement maternel), lui permettre de se focaliser sur ces sensations, la patiente pourra ainsi réutiliser les traces mnésiques même en salle d'opération ; 4) suggestions de pensées positives pour rentrer en salle d'opération.

Discussion ensuite avec les psychologues et le Dr Patrick au niveau de ces patientes et aussi de la suite souhaitée de mon programme. L'opération n'étant pas encore programmée le matin, je propose de revenir travailler avec ces patientes sur la relance énergétique en début d'après-midi (l'idéal étant de rester au moins 1/4h sur le travail des reins/surrénales). Je me suis enfin occupée de l'admission d'une toute jeune patiente que j'ai connue au Foyer d'Ek'Abana, enceinte d'un militaire et abandonnée par lui, qui présentait déjà des contractions au 7ème ou 8ème mois.



*...Bien le droit de s'amuser, car rien n'est vraiment facile dans leur travail.*



*Journée récréative pour détendre et souder les équipes*



*Une toute jeune patiente que le psychologue prépare à une opération difficile.*

## Recommandations :

- Pour continuer ce qui a été entrepris, ce serait bien d'**installer des séances hebdomadaires et encourager le staff à participer :**
- a) aux exercices physiques et de yoga, et / ou
- b) aux sessions de calme mental.

Afin de continuer l'animation de ces ateliers, ce sont proposés 4 personnes : pour a) Espoir (infirmier à la salle d'opération) et Marc (psychologue) et pour b), Bachy (psychologue) et le Dr Patrick. Un sac avec 7 tapis de yoga et un livre de pratique de yoga ont été laissés au bureau SVS, afin d'être mis à disposition pour ces séances hebdomadaires.



- En ce qui concerne la suite de la **préoccupation du stress des intervenants et du personnel soignant**, l'idéal serait de prévoir une personne de confiance et un lieu où ils pourraient, si nécessaire, être écoutés, soutenus et relaxés (l'idéal serait d'avoir un endroit paisible et un fauteuil / table de relaxation).



- **Lors de l'observation des psychologues** pendant leurs entretiens, plusieurs choses ont été relevées :
- a) le besoin de faire un effort par rapport à leurs locaux.  
Bien-sûr, je connais la conjoncture et les difficultés inhérentes à Bukavu, cependant il est important d'avoir un minimum de confort pour assurer le bon déroulement d'une séance psychothérapeutique avec des victimes de violences sexuelles ou avec des personnes opérées au bas-ventre : outre un bureau et une chaise pour le psychologue, une chaise en plastique plutôt qu'en bois dur pour la



*Des exercices pour le dos...  
bien utiles pour ces soignants tout le temps  
debouts et sur la brèche !*

victime, éventuellement un coussin bouée avec la possibilité de le faire coudrer par la patiente (surtout qu'elles ont souvent des problèmes de pertes uro-génitales), une fenêtre sur l'extérieur avec rideau.

b) le recadrage durant les séances : ne pas se laisser distraire par le téléphone pendant l'entretien ; ne pas se laisser distraire par quelqu'un qui rentre intempestivement durant l'entretien et pour cela, apposer un panneau sur la porte « merci de ne pas déranger, entretien en cours ».

- c) des discussions entre tous les membres du staff de psychologues afin de parler des cas et de se donner les moyens d'y réfléchir ensemble et donc d'être plus productifs.

d) je recommande vivement des supervisions que nous pourrions installer par exemple une fois par mois par vidéoconférence, afin que je puisse suivre étape par étape l'évolution de leur fluidité dans la pratique.

Je profiterai lors de mon prochain séjour à Bukavu pour **apporter encore d'autres tapis de yoga** (indispensable pour ne pas déraiper pendant les exercices) et autres ustensiles de yoga, **ainsi qu'une table pliable pour la Relaxothérapie®** que je remettrai volontiers au service de kinésithérapie.

- Je participerai avec joie à « l'étoffage » **d'une bibliothèque en apportant également avec moi des ouvrages récents de psychologie et de psychothérapie** pour aider au travail des psychologues.



*La bibliothèque sera complétée petit à petit.*

## Conclusions :

### 1. A l'avenir, je souhaiterais **renforcer la formation des psychologues cliniciens** :

- Au niveau de l'équipe déjà en place, continuer vers *l'expertise pratique dans l'utilisation des différentes techniques et outils de psychothérapie*, pouvoir les suivre avec leurs différents cas et leur permettre de l'aisance et pour cela, de programmer régulièrement (au moins une fois par mois) des supervisions et interventions régulières (lors de mes prochaines visites à Bukavu, mais aussi par vidéo conférence) ;
- Au niveau des futurs psychologues qui seront nécessairement recrutés, de pouvoir *les former à leurs futures compétences de psychothérapeute* (sensibilisation aux différentes formes de psychothérapie, l'articulation entre ses différentes techniques, réflexions au niveau du cadre /de l'éthique et des valeurs qui sous-tendent l'engagement thérapeutique, les études de cas, l'auto-gestion de leur propre stress, ...).

### 2. Je souhaiterais également **continuer la formation au niveau d'outils psychothérapeutiques spécifiques au travail sur le PTSD** :

Je pense qu'il faudra envisager un temps pour donner aux psychologues la technique EMDR qui est *un outil de premier ordre*. Mais cela nécessite une sérieuse formation, même si elle reste rapide, il faudra compter 150 heures pour cet outil-là. Il faut aussi compter au moins 20 cas en supervision.

### 3. Je souhaiterais également **continuer la formation à la Relaxothérapie®** :

La dimension corporelle est souvent le parent oublié dans les thérapies, or quand il n'y a pas possibilité d'exprimer, quand la souffrance est dans le corps suite aux violences, quand on touche au Moi profond lié au droit d'exister... le corps est un média privilégié.

- Afin de donner un outil complémentaire aux psychologues féminins et/ou masculins pour qu'elles puissent travailler, **grâce à la médiation corporelle**, sur l'anxiété, sur la surcharge émotionnelle et même les états de crise de leurs patientes meurtries dans leur corps ;

- De continuer à former les kinésithérapeutes pour qu'ils puissent, grâce à la Relaxothérapie®, non seulement s'occuper de leurs patients mais également du personnel soignant stressé.

Et pour terminer ce compte-rendu, je voudrais vraiment souligner que j'ai été très contente de travailler avec le Dr Néné et Mr Eric Wynants ; je suis toujours conquise par leur convivialité et cette sorte de joie, malgré les difficultés, qui règne dans les services.

J'ai aussi eu beaucoup de satisfaction à voir tout le travail accompli par Claudia Noguerra, pour asseoir le travail des psychologues SVS avec son document, fouillé et cependant synthétique, concernant « Les quatre piliers du travail psychosocial à Panzi » ; et par là, de permettre aussi la continuité de mes efforts pour transmettre au mieux mes outils thérapeutiques.

Je remercie tout le staff de psychologues qui se sont montrés motivés, impatients de connaître et souples dans l'application des nouvelles techniques.

Je remercie également le Docteur Mukwégé pour son accueil toujours chaleureux, pour son ouverture d'esprit devant ces nouvelles formes de thérapies, pour la joie que j'ai eue à appliquer la Relaxothérapie® à Panzi.

Avec mes meilleures pensées,

Michèle





*Retour au foyer  
Ek'Abana*



## Comment nous aider ?

Comment être plus solidaire ? Que puis-je faire pour leur être utile ? C'est le genre de réflexion qui, lorsqu'elle devient une évidence, nous pousse simplement à agir !

**Projet aide - solidarité à Bukavu**, Province du Kivu, République Démocratique du Congo.

Nous avons tenu à répondre au terrible appel des femmes et des enfants victimes de la guerre et des violences sexuelles sévissant à l'Est du Congo. Notre initiative se veut effective, pour et avec des associations locales.

## Appel aux dons

### Collaboration avec l'hôpital de Panzi :

votre aide matérielle :

- petit matériel infirmier
- petit matériel de kinésithérapie (tapis type yoga, coussins, couvertures et draps)

### Collaboration avec le foyer Ek'Abana :

votre aide matérielle : • matériel scolaire (crayons, gommes, stylos, feutres, petits ciseaux pour enfants, manuels scolaires légers etc...)

**Votre soutien financier : vous pouvez faire un don sur le compte de l'asbl du Centre :**

**BE44 3101 5137 4145, BIC : BBRUBEBB** . Responsable : Michèle Quintin 02/649 36 46

**Plus de renseignements sur notre site : [info@relaxotherapy.com](mailto:info@relaxotherapy.com)**

**A vous tous** : ce 6ème éditorial se veut avant tout utile, un témoignage et un outil de passage entre vous et les nombreuses personnes que j'ai rencontrées là-bas, et d'avance merci pour votre intérêt et votre attention à nos différents projets en Afrique.

Je termine en rendant un hommage particulier à mes héros :

**le Dr Mugwégé, le Dr Néné, Eric Wynants, Marie Masson, sœur Natalina, mes sœurs Chantal et Béatrice, mon amie graphiste Véronique.**



Dr Mugwégé



Eric Wynants  
(Médecins du Monde)  
Dr Néné



Marie Masson  
Soeur Natalina



Mes grandes sœurs  
Béatrice et Chantal

Je remercie particulièrement Marie Masson pour sa générosité à tout épreuve, sa gentillesse, son courage et sa droiture. Je remercie Natalina pour sa ferveur, sa bonté et son magnifique humour. Merci de nous accueillir chez vous et de nous permettre de vous apporter notre petit grain d'aide.

