

☀ Et plus encore : aider à les aider ?

Les Bourling'aideurs, ce n'est pas une agence de voyage... c'est un espace de partage de compétences entre des personnes autonomes, responsables et motivées par l'aide humanitaire. Sur place, vous gérez votre temps et vos actions directement avec les responsables des associations.

Vous offrez vos services et vous recevez l'accueil des autochtones qui partageront avec vous des moments de vie, de culture, ce qui permet de ne pas les positionner dans une logique d'assistantat mais bien dans un véritable échange.

La connaissance de certains pays africains permet aux fondateurs de l'association des Bourling'aideurs d'aider à trouver des projets qui sont réellement utiles aux habitants et qui ne demandent ni transfert de fonds ni intermédiaires. Ce qui permet un soutien direct, efficace et en relation directe avec les besoins des personnes sur le terrain.

☀ Intéressé ?

Certains moments sont organisés entre nous pour nous rencontrer, renforcer les liens avec le projet de base et l'efficacité du travail sur le terrain. Pour ceux qui nous accompagnent, nous prendrons le temps de préparer le séjour et sur place nous proposons des moments yoga, détente et découvertes ainsi qu'un espace pour parler et échanger son vécu, ses émotions, son ressenti.

CONTACTEZ-NOUS

et devenez MEMBRE de l'association Les Bourling'Aideurs

et recevez votre passeport du Bourling'Aideur.

Membre / an : • Adhérent 50 € à l'asbl du Centre de Relaxothérapie®

- Bourling'Aideur 300 €
(cotisation qui sous-tend les frais administratifs et d'organisation)

Notre numéro de compte bancaire ASBL Ecole de

Relaxothérapie® : BE 84 0019 6975 5859, BIC: GEBABEBB.

Personne de contact : Michèle Quintin,

responsable du Centre de Relaxothérapie® et de Prévention, asbl



Centre de traitement des problématiques du stress

Rue Charles Degroux 128 1040 Bruxelles - Tél : 02/649 36 46

Email : info@relaxotherapy.com - Web : www.relaxotherapy.com



Devenez un BOURLING'AIDEUR

☀ Qui sommes-nous ?

Le Centre de Relaxothérapie® et de Prévention est un centre psycho-médical établi à Bruxelles depuis 1985. Il est spécialisé dans les problématiques de l'anxiété, du stress chronique et post-traumatique et dans les somatisations consécutives. Le centre a ajouté depuis 2005 des activités humanitaires à son programme. En 2009, Michèle Quintin, créatrice du centre et coordinatrice thérapeutique, est repartie dans sa région natale, à l'est de la R.D. du Congo, pour répondre à la demande d'une association de solidarité, engagée dans un travail

collaboratif Nord-Sud qui voulait sensibiliser le public belge à la problématique de violences sexuelles faites aux femmes à l'Est du Congo. Ils recherchaient des psychothérapeutes pouvant dispenser un travail de terrain. Michèle Quintin s'est proposée en tant que bénévole pour un travail de détraumatisation et de soutien dans l'optique d'une thérapie brève auprès de ces femmes ayant subi de graves dommages de guerre. L'objectif étant d'y retourner 2 à 4 semaines par an pour y proposer des actions ponctuelles de psychothérapie, de Relaxothérapie® et de formation.

Ces trois dernières années, elle y est retournée avec sa sœur et des bénévoles pour apporter leur soutien à de belles personnes ayant fondé un foyer d'enfants à Bukavu, dans l'est Kivu (Foyer Ek'Abana). Elles désirent apporter leur contribution, dans la mesure de leurs moyens et compétences, à cette association qui œuvrent pour des enfants victimes de ce même climat de violence. Ce projet à Bukavu a pris symboliquement le nom « Les Mères Veillent ».



☀ Des actions pragmatiques, solidaires et bénévoles.

Pour récolter le fonds nécessaires au projet « Les Mères Veillent », Michèle Quintin, avec sa sœur et son équipe thérapeutique, organise des fêtes, des expositions et autres événements festifs. Vous avez la possibilité de suivre leurs « aventures » en Afrique en lisant les « Petits Editoriaux » illustrés (3 éditions disponibles).

Nombre de personnes côtoyées et patients de son centre exprimaient leur souhait de donner de leur temps et de leur compétence à ce type de projet. Beaucoup montraient aussi leur désir de sortir de leur « zone de confort », en allant à la rencontre d'autres cultures, d'autres horizons et préoccupations. Michèle Quintin s'est dit qu'il y avait quelque chose à organiser dans le sens de VACANCES UTILES ET SOLIDAIRES.

☀ C'est ainsi que le projet des « Bourling'Aideurs » est né !



Quel est le concept des BOURLING'AIDEURS ?

Le concept des « **Bourling'Aideurs** » est donc une émanation du projet « Les Mères Veillent » et fait suite à la demande de personnes qui voulaient nous accompagner lors de nos voyages humanitaires.

Cette initiative est née en 2009 et a donc pour but de réunir **DES PERSONNES QUI SONT INTÉRESSÉES PAR UNE AIDE HUMANITAIRE PONCTUELLE ET PAR LE VOYAGE** ; en d'autres mots, des personnes qui ont le désir de soutenir bénévolement des personnes plus démunies et en situation de précarité (principalement femmes et enfants) et qui ont l'envie de prendre le large, de visiter de belles contrées, de faire quelque chose d'utile pendant leurs vacances. Michèle Quintin s'est orientée vers des petites associations qui œuvraient dans ce sens-là et qui pouvaient héberger et faciliter le séjour des bénévoles.

le concept en bref :

- je donne de mon temps, de mes compétences, de ma bienveillance
- je finance mon voyage
- je reçois le gîte et le couvert à petit prix
- je rencontre l'autre dans sa culture, sa différence et son humanité
- je bénéficie de l'expérience et des facilités proposées par l'association sur-place pour découvrir et voyager dans le pays
- je m'engage à respecter les règlements et habitudes des associations accueillantes.



Que veut dire être un BOURLING'AIDEUR ?

C'est proposer son aide et ses compétences quelles qu'elles soient : peinture, construction, couture, administration, finance, informatique, aide médicale, paramédicale, écoute, animation d'atelier, éducative, psycho-sociale... **A VOUS DE PROPOSER !**



Comment procéder ?

CONTACTEZ-NOUS AU 02/649 36 46 - +32 483 048 088

Michèle Quintin vous informe et vous aiguille, en connaissance de causes, vers différentes petites associations qui ont un projet d'aide aux femmes et aux enfants. A vous de voir avec les associations en quoi vous pourriez leur être utile. Michèle Quintin les aura visitées et aura préparé l'accueil des futurs bénévoles. Vous avez aussi l'opportunité de choisir de les accompagner dans un de leur voyage annuel.

Les différentes ASSOCIATIONS rencontrées sont :

1. Au **CONGO**, à l'est, région du Kivu : **le Foyer Ek'Abana**, Archidiocèse de Bukavu.

Le Foyer a pour vocation de récupérer dans la rue tous les enfants que la société rejette... Soeur Natalina accueille ainsi à Ek'Abana des enfants rejetés par leur famille parce qu'ils sont le fruit d'un viol, parce que les parents ont été tués dans le génocide, parce qu'on les considère comme des enfants-sorciers... En 12 ans d'existence, plus de 300 enfants ont pu y être accueillis. Dans le contexte très difficile de guerre, d'insécurité et de pauvreté pour la population dans la région du Sud Kivu depuis plus de 15 années, ce foyer est un véritable havre de paix pour des enfants de 0 à 18 ans. Elle tente de retrouver leur famille, même lointaine afin qu'ils puissent un jour se réinsérer dans leur milieu. Elle leur offre aussi les moyens d'aller à l'école et de choisir un métier qui puisse leur donner la possibilité d'être plus tard autonomes économiquement.



<http://www.bdom-bukavu.org> - http://www.mlfm.it/voci_dal_sud/Suor_Natalina_Natale10.pdf
<https://www.facebook.com/pages/Les-mères-veillent-Projet-humanitaire/184254094957650>
 Document explicatif sur le projet « Les Mères Veillent » sur demande.

Au **TOGO**, en Afrique de l'Ouest, trois beaux projets :

2. **une dentisterie pour les plus démunis à Lomé** et les enfants de la brousse n'ayant pas la possibilité d'accéder à ce type de soins. Dernièrement, l'association a reçu le camion de l'émission télévisée " C'est pas sorcier " et a pu l'aménager en cabinet dentaire mobile. www.togo.eodec.be

3. **ANGE, une O.N.G à Lomé** qui accueille les enfants des rues, les enfants abandonnés et les enfants ayant séjournés à la prison pour mineurs.

4. **Linga Africa** est une association d'aide aux enfants du Togo. (www.linga-africa.org)

Les projets de Linga Africa portent essentiellement sur l'éducation et le bien-être des enfants :

- soutien d'une école (Assomé)
- réparation de toiture (école de Togblekopé, et très certainement l'école maternelle de AFAGNAN dans les mois à venir)
- aide à la Maison Béthanie (orphelinat d'enfants à Lomé)
- Financement des études supérieures d'une jeune étudiante à Lomé (BTS de deux ans)

5. En **UGANDA**, près de Kampala :

Un projet des membres du personnel navigant de Brussels Airlines qui s'investissent dans un projet à Inganga, **Alpha Child Care**, une unité de réhabilitation orthopédique pour des enfants victimes de malformations et d'accidents, ainsi qu'une aide aux familles précarisées.

Et le dernier en date, à **NOSY BE**, île à l'est de Madagascar :

6. **un centre ludo-éducatif** créé en 2012 et une école accueillant jusqu'à présent 23 enfants de 5 à 12 ans, dont les parents n'ont pas les moyens de payer l'instituteur.

La responsable cherche une institutrice malgache à plein temps et des bénévoles (pour animer des ateliers, pour la petite bibliothèque...). Elle accueille les bénévoles, à tous petits prix, dans sa magnifique Maison d'Hôtes.



Prenez contact avec nous, nous vous mettrons en lien avec les responsables des différents projets.