



De la réflexion à Inser'action : le parcours qui m'a conduite à ma vocation d'éducatrice

Plongez dans le récit du parcours passionné de Yusra vers l'éducation et l'accompagnement des jeunes

p 4 - 5

Multiplier les chances, diviser les doutes : le pari de Mohamed Amine

Derrière les chiffres, une passion : découvrez comment Mohamed Amine transforme les sciences et les maths en leviers de confiance et de réussite pour les jeunes.

p 6 - 8



L'activité piscine : paroles de jeunes et de parents

Découvrez comment nos cours de natation transforment les défis en réussites pour les jeunes et leurs familles.

p 9 - 11

La pureté d'un cœur, la force d'une mère

Un combat silencieux, une force inébranlable : le témoignage poignant d'une mère face aux défis de l'autisme.

p 24 - 26



Édito

Chers lecteurs et chères lectrices,

Nous voilà arrivés à la dernière édition de l'année, un mois idéal pour faire un bilan des réussites partagées et se projeter vers l'avenir avec une énergie renouvelée.

Tout d'abord, nous avons le plaisir d'accueillir Yousra. Elle rejoint notre équipe avec passion, déterminée à contribuer au bien-être des jeunes avec toute son énergie et son engagement. Kamel nous présente Mohamed Amine, un bénévole passionné par les sciences et les mathématiques, qui, depuis près de deux ans, accompagne nos jeunes dans leur parcours académique avec dévouement et expertise.

À travers des témoignages de notre école de natation, Erdem nous livre un aperçu des bienfaits de ces temps sportifs et conviviaux. Fehmi revient sur le tournoi inter-AMO. Bien plus qu'une compétition sportive, ce tournoi a été un véritable moment de partage, de solidarité et d'encouragement mutuel.

Les vacances d'automne ont été marquées par de nombreuses activités, et une partie de notre équipe éducative a souhaité mettre en avant ces moments mémorables : Santiago nous raconte une soirée inoubliable au Bois de la Cambre. Une course d'orientation, mêlant stratégie et surprises qui a permis aux jeunes de se dépasser, tout en renforçant leurs liens dans un esprit d'équipe et de convivialité. Hicham, de son côté, nous raconte une journée

d'initiation à l'escalade, où nos jeunes ont relevé des défis physiques tout en évoluant dans un environnement solidaire et motivant. Arturo revient sur sa première semaine d'activités des vacances, une semaine dynamique et riche en découvertes

Du côté de la permanence psychosociale, Rumayssae et Neslihan abordent la thématique des enfants ayant un trouble du spectre autistique. Elles nous présentent les services et dispositifs d'accompagnement existants ainsi que le témoignage poignant d'une maman qui partage son expérience et ses défis au quotidien. Cet article est un véritable appel à l'écoute, à la solidarité et à la compréhension, afin de mieux soutenir les enfants et les familles concernées.

Alors que 2024 touche à sa fin, nous sommes plus que jamais déterminés à avancer à vos côtés en 2025. De nouveaux défis, de nouvelles initiatives et de nouvelles rencontres nous attendent, et nous avons hâte de continuer cette belle aventure ensemble.

Bonne lecture et à très bientôt pour de nouvelles histoires inspirantes !

DUFLONT Coralie

Coordnatrice de la permanence psychosociale



Sommaire

Page 2 édito

Page 4 - 5 **De la réflexion à Inser'ation : Le parcours qui m'a conduite à ma vocation d'éducatrice** / Yousra BOUDAHMANE

Page 6 - 8 **Multiplier les chances, diviser les doutes : le pari de Mohamed Amine** / Kamel EL ISAOUI

Page 9 - 11 **L'activité piscine : paroles de jeunes et de parents** / Erdem KUS

Page 12 - 13 **Retour sur le tournoi de volley Inter-AMO : un succès à renouveler** / Fehmi YALCIN

Page 14 - 15 **Une course folle – Attention, intrus en vue !** / Santiago AGUDELO

Page 16 - 17 **Grimper, rire et se dépasser : une journée d'escalade à l'assaut des sommets !** / Hicham MIRI

Page 18 - 20 **Découverte et entraide au service du dépassement de soi** / Arturo MESIRCA

Page 21 - 23 **Comprendre l'autisme : des clés pour mieux accompagner les jeunes et leurs familles** / Rumayssae CHAOUI

Page 24 - 26 **La pureté d'un cœur, la force d'une mère** / Neslihan ERYORUK





De la réflexion à Inser'Action : Le parcours qui m'a conduite à ma vocation d'éducatrice

Je m'appelle Yusra Boudahmane, nouvelle éducatrice à l'AMO Inser'Action asbl. C'est avec grand plaisir que je rejoins l'équipe et que je vous écris aujourd'hui. Je serai présente à mi-temps, les mercredis, jeudis et samedis. Dans cet article, je souhaiterais partager le parcours qui m'a menée jusqu'à cette institution, ainsi que les expériences qui ont nourri mon envie de m'engager auprès des jeunes.

Mon inclination vers ce métier a commencé dès mes secondaires. En effet, en quatrième année, je me suis rendu compte que la plupart des cours généraux ne me motivaient pas. Le

seul cours qui m'animait était celui des sciences sociales. De ce fait, je me suis réorientée en option animateur socio-sportif. À partir de là, les cours de psychologie, de gestion de groupe ou encore de méthodologie me stimulaient. Je ne venais plus en cours par obligation, je ne subissais plus mes études, je venais réellement car j'étais animée par les différentes théories abordées en cours. Dès que j'ai intégré l'option, j'ai vu mes résultats scolaires s'améliorer. C'était comme si, en me consacrant à des matières qui éveillaient mon intérêt, ma manière d'aborder les études avait changé. Cela a été le cas aussi bien dans le secondaire que dans le supérieur. Quand le sujet stimule, l'engagement et les performances suivent naturellement.

Avec mon CESS et une qualification en poche, j'ai décidé de poursuivre mon rêve et de m'inscrire en première année de bachelier préscolaire à la haute école Defré. Mais au fur et à mesure des années, je me suis rendu compte que l'enseignement seul ne me suffisait pas. Les moments que j'appréciais le plus n'étaient pas ceux où je donnais des leçons, mais ceux où j'échangeais réellement avec les élèves. J'ai compris que je voulais quelque chose de plus profond, de plus complexe que la simple relation institutrice-élève. C'est là que j'ai découvert le métier d'éducatrice.

Toujours à Defré, mais maintenant en option « éducateur spécialisé en accompagnement psycho-éducatif », j'ai pu découvrir les différents concepts que sont « l'autre », « le moi » et le nous

». Le premier m'a appris que l'autre est différent de moi, que ses ressentis et ses besoins ne sont pas les mêmes que les miens, mais que chaque personne mérite d'être écoutée et respectée dans sa singularité. Le second m'a appris que c'est en appréhendant nos propres affects qu'on peut réellement établir une relation éducative saine. Le troisième m'a appris que l'éducateur est un acteur institutionnel engagé. Les auteurs Capul et Lemay soulignent que l'éducateur a pour mission de révéler les malaises individuels et sociaux, de mettre en lumière ce qui peut constituer un frein pour l'autre afin de changer les choses. Cependant, l'éducateur doit le faire en s'adaptant au contexte dans lequel il se trouve. Pour finir, ils m'ont appris que chaque situation complexe devait être comprise dans sa globalité, avec toutes ses dimensions.

Après l'obtention de mon diplôme, j'ai eu des difficultés à trouver l'institution qui me correspondait vraiment. J'ai passé plusieurs entretiens, mais souvent, je me rendais compte que l'institution en face de moi n'avait pas les mêmes valeurs que les miennes, ce qui m'a fait réaliser l'importance de rejoindre un lieu qui partage mes principes.

En poursuivant mes recherches, j'ai finalement découvert Inser'Action. Ce qui m'a immédiatement séduite, ce sont les valeurs que je partageais avec cette institution, mais également le fait qu'elle m'a permis de trouver ma place tout en restant moi-même. Dès mon arrivée, j'ai ressenti un

respect profond de mon identité et une ouverture qui m'ont encouragée à m'épanouir professionnellement. Cette approche, basée sur l'adaptation aux besoins de chacun, est également celle que l'AMO adopte dans son travail avec les jeunes. Plutôt qu'une méthode figée, Inser'Action s'efforce de reconnaître et de s'adapter aux personnes, à leurs réalités, tout en valorisant leur potentiel. Selon le besoin de considération développé par les auteurs Pourtois et Desmet « Pour vivre en société, tout être humain a besoin d'être reconnu en tant que personne avec des mérites, des compétences spécifiques et une certaine dignité. » D'après cette même théorie, c'est en prenant en considération la personne dans son approche que l'on parvient à faire en sorte qu'elle construise elle-même les outils qui lui permettront d'évoluer.

Pour conclure cet article retraçant mon parcours, je souhaite adresser un message à tous les enfants, adolescents ou adultes qui, comme moi, ont un jour ressenti l'angoisse de ne pas savoir ce qu'ils allaient faire de leur vie. Ne vous inquiétez pas, vous finirez par trouver votre chemin. Cela prendra peut-être du temps, peut-être par des détours, mais tôt ou tard, vous trouverez ce qui vous anime vraiment. Et si vous avez besoin d'un petit coup de main, l'équipe est là pour vous.

BOUDAHMANE Youstra

Éducatrice



Multiplier les chances, diviser les doutes : le pari de Mohamed Amine

Depuis bientôt deux ans, une figure bien connue arpente les couloirs de notre ASBL lors des séances de soutien scolaire. À 22 ans seulement, Mohamed Amine, étudiant passionné par les maths, a choisi de dédier son temps libre à nos jeunes. Avec une énergie débordante et un sourire chaleureux, il partage son savoir en mathématiques, chimie et physique. Mais derrière chaque formule et équation qu'il explique patiemment se cache bien plus qu'un simple bénévole. Aujourd'hui, nous vous invitons à découvrir le parcours et la passion de ce bénévole engagé qui, à sa manière, change la donne pour tant de jeunes en quête de confiance et de succès dans des matières très complexes.

- Peux-tu te présenter en quelques mots et nous expliquer ce qui t'a amené à faire du bénévolat dans le soutien scolaire ?

« Je me présente, je m'appelle Mohamed Amine, j'ai 22 ans, et cela fait un an et demi que je suis bénévole à Inser'Action. J'ai commencé le bénévolat parce que c'est une cause noble de donner de son temps pour aider autrui. Plus personnellement, étant petit, j'avais besoin d'aide à l'école, mais je n'avais pas les moyens de me payer un professeur. J'ai donc ressenti ce manque. Ne voulant pas que d'autres connaissent la même situation, je m'efforce d'aider du mieux que je peux. »

- Qu'est-ce qui te passionne dans l'accompagnement des jeunes en mathématiques et en sciences ? Y a-t-il une raison particulière qui t'a poussé à te concentrer sur ces matières ?

« Je suis passionné depuis toujours par les mathématiques et les sciences, des domaines qui m'ont aidé à comprendre le monde qui nous entoure. Malheureusement, ce sont aussi des matières avec lesquelles beaucoup de personnes, jeunes ou moins jeunes, éprouvent des difficultés. On véhicule souvent l'idée qu'elles sont extrêmement complexes et accessibles à peu de gens, alors je tente de montrer aux jeunes que ce n'est absolument pas le cas. »

- Peux-tu nous raconter un moment où tu as senti que ton aide avait vraiment fait la différence pour un élève ?

« Les élèves m'ont souvent exprimé leur gratitude après avoir éclairci un sujet qui leur semblait auparavant incompréhensible. Récemment, des élèves en dernière année de secondaire avaient du mal avec les logarithmes. En seulement quelques explications et démonstrations, ils ont compris que c'était beaucoup plus simple qu'ils ne le pensaient. Un élève qui n'était même pas de leur année a réussi à comprendre ce qu'était un logarithme. Ce que je trouve assez amusant, c'est lorsque les élèves me disent que j'ai réussi à leur

expliquer en peu de temps un sujet que leurs professeurs n'arrivaient pas à enseigner. »

- Quelles sont les stratégies ou méthodes que tu utilises pour rendre les mathématiques et les sciences plus accessibles et intéressantes pour les jeunes ?

« J'essaie de trouver des analogies entre le sujet abordé et quelque chose de tendance. Par exemple, pour les logarithmes et les exponentielles, qui sont des contraires, je dis aux élèves de les voir comme Batman et le Joker, ou Harry Potter et Voldemort. Ces références leur parlent, alors je les combine avec un sujet plus obscur pour qu'ils changent de point de vue, se disant qu'il n'y a rien de bien sorcier. Par ailleurs, je montre que les maths peuvent être amusantes en transformant un exercice en jeu. Un bon exemple est lorsque nous factorisons une équation du second degré : je propose d'abord de jouer au tic-tac-toe avec l'élève, puis je lui montre comment, avec le même principe, on peut factoriser une équation. »

- Qu'est-ce que cette expérience de bénévolat t'apporte sur le plan personnel ? Aurais-tu des conseils pour ceux qui aimeraient se lancer dans le soutien scolaire bénévole ?

« Mon conseil pour ceux qui souhaitent se lancer dans le bénévolat est simple : foncez ! Votre soutien peut avoir un impact plus grand sur la société que vous ne le pensez. Nous ne serons jamais trop nombreux pour venir en aide aux autres. Personnellement, cela m'a apporté beaucoup d'expérience dans le domaine de l'enseignement. Aspirant à devenir professeur, c'est pour moi un excellent début. On apprend à interagir avec les élèves et à les comprendre. »

- Et pour finir, aurais-tu un petit mot pour les jeunes, chez nous et ailleurs, par rapport à ces matières qui semblent parfois inaccessibles ?

« À tous les jeunes, je dis souvent : si vous savez que $1+1=2$, alors vous pouvez apprendre n'importe quoi. Cela peut sembler ridicule, mais croyez-moi, la plupart des difficultés viennent

d'un manque de connaissances des principes fondamentaux, comme les différentes formules, etc. Ne pensez pas qu'il faille être doté d'un don spécial pour comprendre les mathématiques ou les sciences. Tout le monde peut comprendre ; il suffit simplement d'y consacrer du temps et des efforts. Pour finir, je dirais que ne pas comprendre un sujet immédiatement ne doit pas vous amener à vous dévaloriser. Certains prennent plus de temps que d'autres pour comprendre ; ne vous comparez pas toujours aux meilleurs. Vous êtes formidables, et je suis persuadé que si vous voulez vraiment réussir, vous y arriverez, peu importe le temps que cela prendra. »

EL ISAOUI Kamel

Éducateur





L'activité piscine : paroles de jeunes et de parents

Le 13 novembre, j'ai pris le temps de discuter avec de jeunes participants et leurs parents à propos de l'activité piscine que nous organisons. J'ai posé des questions pour mieux comprendre leur ressenti et leurs attentes, et voici ce que j'ai recueilli.

Les jeunes s'expriment :

1. Depuis combien de temps

pratiques-tu la natation ?

- B.P. : «Je pratique la natation depuis mes 8 ans, ce qui fait maintenant 9 années. J'ai 17 ans aujourd'hui.»
 - T.L. : «J'ai commencé à 10 ans, et maintenant j'en ai 11. Donc pas depuis très longtemps.»
2. Qu'est-ce que tu préfères faire pendant l'activité piscine ?
- B.P. : «Honnêtement, j'aime tout. Je n'ai pas de préférence.»
 - T.L. : «Moi aussi, j'aime tout. Je ne pourrais pas choisir une seule chose.»
3. As-tu des objectifs ou des défis en natation ?
- B.P. : «Mon objectif était de maîtriser toutes les nages, et je suis fier de dire que je l'ai déjà atteint.»
 - T.L. : «Oui, j'aimerais aller dans les grandes profondeurs et nager sans la planche. C'est mon prochain défi !»
4. As-tu appris de nouvelles choses grâce à cette activité ?
- B.P. : «Non, pas vraiment. J'avais déjà appris les bases plus jeune.»
 - T.L. : «Oui, moi j'ai appris à faire les battements de jambes et à nager correctement.»

5. Cette activité t'aide-t-elle à mieux te connaître ou à te dépasser ?
 - B.P. : «Ça m'aide surtout à me dépasser, notamment sur le plan du cardio. Mais ce n'est pas forcément pour mieux me connaître.»
 - T.L. : «Oui, ça m'aide à évoluer et à m'améliorer à chaque cours.»
6. Que souhaiterais-tu améliorer ou changer dans cette activité ?
 - B.P. : «Pour moi, tout est bien. Je ne changerais rien.»

Les parents s'expriment :

Rencontre avec I.A. et N.A.

1. Avez-vous observé des changements positifs chez vos filles ?
 - «Oui, je vois qu'elles bougent plus, elles font du sport, et elles adorent cette activité. Ça leur permet aussi de sortir de la maison.»
2. Comment organisez-vous leur participation ?
 - «Nous prenons 4 à 5 arrêts de tram depuis Schaerbeek. C'est rapide, environ 10 minutes quand le tram est là. C'est beaucoup plus facile qu'avant, quand les cours étaient aux Bains de Bruxelles.»
3. Pourquoi avez-vous choisi cette activité pour vos filles ?
 - «Elles faisaient déjà du taekwondo, et nous avons entendu parler de cette piscine. Après la fermeture de Neptunium, on s'est tourné vers vous.»

4. Cette activité répond-elle à vos attentes ?

• «Oui, c'est très bien. Les éducateurs sont gentils et accueillants. Mes filles me donnent toujours des retours positifs.»

5. Cette activité contribue-t-elle à leur développement social ?

• «Pas vraiment, parce que ça ne dure pas très longtemps et il y a peu de filles dans leur groupe. Les âges ne sont pas toujours homogènes non plus.»

6. Recommanderiez-vous cette activité ? Pourquoi ?

• «Oui, je la recommande fortement ! Beaucoup de parents sont intéressés. Je vois une belle évolution chez mes filles : elles nagent mieux que nous et elles aiment vraiment cette activité. Ça change leur routine et leur permet d'apprendre.»

Rencontre avec Z.G.

1. Avez-vous observé des progrès chez votre fille ?

• «Oui, elle avait peur de mettre la tête sous l'eau au début, mais

maintenant elle nage très bien. Je vois une grande différence !»

2. Comment gérez-vous les trajets pour venir ?

- «Nous venons à pied ou en bus. Le trajet est facile.»

3. Pourquoi avez-vous inscrit votre fille à cette activité ?

- «Ma femme a trouvé l'information dans une brochure communale et a inscrit notre fille tout de suite.»

4. Cette activité vous satisfait-elle ?

- «Oui, je suis très satisfait, et ma fille encore plus !»

5. Cette activité a-t-elle un impact sur le plan social ?

- «Oui, elle est déjà sociable, mais ça lui permet de rencontrer encore plus de jeunes.»

6. Recommanderiez-vous cette

activité ?

- «Absolument. C'est amusant, enrichissant, et c'est une excellente activité pour les enfants.»

Conclusion :

En discutant avec les jeunes et leurs parents, je me rends compte que cette activité a un impact positif sur plusieurs plans. Les jeunes développent leurs compétences et se dépassent, tandis que les parents apprécient l'encadrement et les progrès visibles. Quelques ajustements pourraient être faits pour renforcer l'aspect social, mais dans l'ensemble, l'activité répond largement aux attentes. Ces retours me motivent à continuer d'améliorer nos propositions pour le bien-être des participants.

KUS Erdem

Éducateur





Retour sur le tournoi de volley Inter-AMO : un succès à renouveler

Comme présenté lors de mon article précédent, le 9 novembre, en collaboration avec les AMO Amos et Atmosphères, nous avons organisé un tournoi de volley qui s'est révélé être une expérience aussi enrichissante que dynamique. Au-delà de la compétition, l'événement a permis de créer un espace d'échange et de partage entre les jeunes et les éducateurs, et d'y insuffler une véritable ambiance de convivialité.

Dès les premiers échanges de balles, on a ressenti une belle énergie et une cohésion qui allaient au-delà des équipes formées. Chacun s'est

investi à fond, démontrant non seulement ses talents sportifs, mais aussi un esprit d'équipe exemplaire. La collaboration entre joueurs, l'entraide et les encouragements étaient au rendez-vous, faisant de ce tournoi une expérience humaine mémorable.

Un événement qui rassemble et inspire

Ce tournoi a été l'occasion pour nos jeunes de renforcer les liens entre eux, mais aussi avec les participants des autres AMO. Entre chaque match, de véritables moments de partage ont eu lieu, lors desquels les jeunes ont pu discuter, s'encourager mutuellement et même échanger des conseils. La bonne ambiance, que ce soit sur le terrain ou en dehors, a renforcé l'idée que ce type

d'événements contribue fortement à la cohésion sociale.

Nous avons également eu la satisfaction de voir notre organisation porter ses fruits. Grâce à la préparation minutieuse, tout s'est déroulé sans encombre, et le feedback des participants nous confirme que ce tournoi est une expérience à renouveler. Les retours positifs et l'enthousiasme général nous motivent à envisager d'autres éditions, en explorant peut-être d'autres disciplines sportives pour diversifier les rencontres.

Voici quelques retours des jeunes qui ont participé à l'édition :

- **Anas d'Inser'action** : « j'étais très stressé et excité à l'idée de faire un tournoi avec d'autres AMO. C'était une expérience inoubliable et à refaire. Je tiens également à souligner que nous avons ramené la coupe à la maison ».



- **Mohamed d'Atmosphères** : « Le tournoi avait pour but de nous rassembler et je pense que l'objectif a été accompli. Très bonne ambiance, mais malheureusement notre institution n'était pas très entraînée pour ce tournoi. Nous reviendrons plus forts lors de la prochaine édition ».
- **Kurtis d'Amos** : « Belle atmosphère et bonne organisation. Je suis content d'avoir participé et d'avoir remporté la catégorie des plus jeunes. »

Un rendez-vous sportif et social à répéter.

Forts de cette réussite, nous pensons déjà aux prochaines éditions et aux possibilités d'intégrer d'autres sports, permettant ainsi à chacun de trouver sa place et de s'investir dans une aventure collective. Le tournoi de volley a ouvert la voie, et nous avons hâte de prolonger cette dynamique pour offrir à nos jeunes toujours plus d'opportunités de se dépasser et de grandir ensemble.

YALCIN Fehmi

Coordinateur du pôle éducatif





Une course folle – Attention, intrus en Vue !

Une journée mémorable au Bois de la Cambre : «Une course folle»

Le 25 octobre dernier, une activité mémorable et palpitante a animé le Bois de la Cambre : une course folle. Cette course d'orientation mêlant stratégie et défis a réuni deux équipes déterminées à se surpasser. Mais une surprise de taille attendait les participants : un intrus se cachait dans chaque équipe, avec pour mission de ralentir le groupe... sans jamais se faire démasquer !

Chaque équipe, avec son nom distinctif et son «maître du temps», s'est lancée sur un parcours de 3 km ponctué d'épreuves physiques et intellectuelles. À chaque étape, les jeunes devaient résoudre des énigmes ou accomplir des

défis : courir avec la moitié de l'équipe les yeux bandés, réussir des tests de logique ou encore coopérer pour surmonter les obstacles. Le maître du temps jouait un rôle crucial en posant embûches et énigmes, poussant les participants à se dépasser.

Après le premier quart du parcours, les équipes ont appris l'existence d'un intrus parmi elles. Dès cet instant, la compétition s'est intensifiée : chaque membre devait redoubler de vigilance pour repérer des comportements suspects, tout en continuant à avancer dans la course.

Un moment particulièrement excitant fut la possibilité, pour chaque équipe, de détacher un petit groupe ayant 20 minutes pour capturer un membre de l'équipe adverse. Ce défi d'adresse, avec à la clé un avantage de 7 minutes pour le chronomètre, a renforcé l'esprit de compétition et incité les jeunes à

coopérer dans l'ombre, tout en évitant les pièges tendus par leurs adversaires.

À mi-parcours, une nouvelle surprise attendait les équipes : une zone où un fanion caché pouvait leur octroyer un bonus de 5 minutes. Ce moment de recherche collective a donné lieu à une compétition acharnée, chaque équipe espérant se rapprocher de la victoire finale. Enfin, l'équipe qui a bouclé le parcours en premier s'est vu attribuer un bonus supplémentaire de 3 minutes.

À l'issue de la course, tous les participants se sont rassemblés pour le conseil final, inspiré de Koh-Lanta, afin de désigner l'intrus qui se cachait dans l'ombre. De plus, chaque seconde gagnée ou perdue a été soigneusement comptabilisée. Ce moment de suspense a permis de conclure cette activité sur une note inoubliable, chaque équipe découvrant si elle avait réussi à surmonter tous les obstacles.



Témoignages

L'enthousiasme des jeunes et des éducateurs était palpable. Voici quelques témoignages marquants :

- «Je me suis senti comme dans une vraie aventure, avec le maître du temps qui nous imposait des épreuves difficiles !» s'enthousiasme Yassin, un des participants.
- «Quand on a su qu'il y avait un intrus dans notre équipe, ça a tout changé. Il fallait avancer, mais aussi observer chaque geste pour essayer de deviner qui c'était,» raconte Marwa.
- «L'esprit de compétition et de stratégie était vraiment intense. Voir les jeunes se coordonner pour trouver le fanion ou capturer l'adversaire était impressionnant,» partage un éducateur.

Cette course folle restera gravée dans la mémoire des participants. Énergie, stratégie et dépassement de soi étaient au rendez-vous, faisant de cette activité une expérience inoubliable et un véritable succès.

AGUDELO Santiago

Éducateur





Grimper, rire et se dépasser : une journée d'escalade à l'assaut des sommets !

Encadrés par notre équipe d'éducateurs passionnés, lors du congé d'automne, les jeunes ont pu découvrir le monde vertical de l'escalade tout en relevant des défis à la fois physiques et mentaux. Voici un récit de cette journée mémorable !

Dès leur arrivée, les jeunes étaient impatients de commencer. Avant de se lancer sur ces très impressionnants murs verticaux, ils ont été équipés de tout le matériel de sécurité nécessaire : baudriers, mousquetons, grigri et cordes. Nous avons été accueillis par la monitrice (Juliette) qui nous a initiés aux bases de l'escalade. Elle nous a expliqué l'importance des gestes de sécurité et des techniques de grimpe.

Après les explications de Juliette, les castors ont commencé à grimper sur des voies adaptées à leur niveau, avec des prises bien disposées pour les débutants. Nous étions toujours à leur côté pour les rassurer, les encourager et les guider sur le placement des pieds et des mains. Pour beaucoup, c'était une première expérience de hauteur, mais la solidarité entre eux et l'accompagnement bienveillant de Juliette et des éducateurs ont rapidement effacé leurs craintes.

Une fois à l'aise sur les premiers mètres, les jeunes ont montré un véritable engouement pour grimper plus haut et essayer de nouvelles voies. Chaque jeune y allait à son rythme. Entre encouragements et petites astuces de la monitrice, les enfants ont appris à développer leur sens de l'équilibre et à utiliser leurs muscles de manière coordonnée. Pour certains, l'appréhension a laissé place à une grande fierté après avoir atteint le haut du mur.

J'ai tout particulièrement été impressionné par Sarah et Mehmet-Ali, qui malgré leur jeune âge et leur petit gabarit ont réussi à gravir les 17 mètres de la paroi verticale !

Après d'intenses efforts, nous avons profité d'une pause dans une plaine de jeux se trouvant juste en face de la salle d'escalade. Les enfants ont partagé leurs impressions sur cette activité. Ce moment de convivialité leur a permis de tisser des liens et d'échanger sur leurs sensations face aux différents défis rencontrés sur la paroi. Certains ont raconté leurs petites frayeurs, d'autres leurs petites victoires, et la plupart des jeunes semblaient impatients de retourner faire de l'escalade, que ce soit avec Inser'Action ou en famille.

Nous avons félicité chaque jeune pour son courage et sa persévérance.

Au-delà du plaisir de grimper, cette journée a offert aux jeunes l'opportunité de travailler leur confiance en eux et de développer leur esprit d'équipe. L'escalade est une activité qui sollicite à la fois la réflexion, la stratégie et la concentration, des compétences essentielles qui leur serviront dans leur quotidien.



En conclusion, cette journée d'initiation à l'escalade a permis aux jeunes castors de se découvrir de nouvelles aptitudes et d'évoluer dans un environnement de solidarité et d'entraide. Une expérience unique pour tous, qu'ils garderont en mémoire comme une première aventure en hauteur pleine de défis et de rires !

Témoignage de quelques jeunes :

- **Sarah** : « Ça fait peur mais j'ai réussi à monter tout en haut ! »
- **Yahya** : « J'ai bien aimé même si c'était difficile au début »
- **Aaron** : « C'était vraiment trop bien, j'avais un peu peur au début mais j'ai réussi à aller tout en haut, j'ai hâte de revenir bientôt »

Ces témoignages illustrent parfaitement comment une activité comme l'escalade permet aux jeunes de surmonter leurs peurs, de relever des défis et de prendre confiance en eux. En atteignant le sommet malgré les difficultés, ils développent leur persévérance et leur estime de soi. Ce type d'expérience, alliant dépassement personnel et plaisir, est un formidable outil éducatif pour leur épanouissement.

MIRI Hicham

Éducateur





Découverte et entraide au service du dépassement de soi

Pour ma deuxième semaine dans l'association, j'ai eu l'opportunité de participer à diverses activités tout au long de celle-ci. Entre découvertes et activités sportives, tous les aspects étaient couverts. Pour ma part, cette semaine a également été l'occasion de rencontrer les différents groupes, d'enfants et d'adolescents, et d'observer les dynamiques propres à chacun.

Lundi : Escalade avec les grands

Nous avons débuté la semaine avec une

activité d'escalade à l'AMO Itinéraires, à Saint-Gilles. Sur place, nous avons bénéficié d'une démonstration complète relative à l'utilisation du matériel afin d'escalader en toute sécurité. Une fois les consignes assimilées, les participants se sont lancés. Certains ont défié les éducateurs dans une course, d'autres ont vaincu leur peur du vide, et beaucoup ont apprécié l'entraide en rassurant leurs camarades. Après l'effort, un moment ludique nous a transformés en Tarzan le temps d'un balancement sur corde, procurant légèreté et rires. Ce fut l'occasion de découvrir ce sport et de dépasser ses limites tout en étant dans un cadre sécurisé ce qui a fait de cette activité un succès.

L'après-midi, nous sommes revenus à Inser'Action pour une pause repas suivie de jeux de société en raison d'une météo capricieuse. Les jeunes se sont plongés dans Color Brain et Loup Garou, où la coopération et la stratégie étaient à l'honneur. Heureusement, le soleil est réapparu, nous permettant de conclure la journée au parc Botanique avec des jeux de ballon.

Mardi : Technopolis avec les castors

Avec les castors, nous avons pris le train pour Technopolis. Arrivés sur place et après avoir rangé nos affaires, les enfants ont exploré avec enthousiasme les nombreuses expériences interactives proposées. La boule de plasma, le mur vert à flash et le simulateur d'avion ont captivé leur attention.

L'après-midi, après une pause repas ensoleillée, nous avons découvert d'autres attractions, comme le vélo suspendu sur un fil. Si certains, comme Mohammed Amine, ont adoré cette expérience unique, d'autres, comme Susan, ont trouvé la hauteur impressionnante. Enfin, la journée s'est clôturée par une expérience de réalité virtuelle en parapente. Malgré la fatigue, le retour s'est fait dans une ambiance sereine, portée par un esprit d'entraide et la satisfaction d'avoir eu la possibilité d'apprendre un peu plus sur le monde qui nous entoure.

Mercredi : Volleyball et sports collectifs avec les grands

Direction Louvain-la-Neuve pour une

journée sportive au Blocry. Après un trajet en camionnette où régnait une ambiance de karaoké, nous avons installé les filets de volley et lancé quelques matchs. Pour certains, c'était une découverte, tandis que d'autres perfectionnaient leur technique en vue du tournoi du 9 novembre.

L'après-midi a été marqué par des jeux de ballon prisonnier et de mini-foot. L'intensité des sports collectifs a réveillé un esprit de compétition sain et une belle dépense d'énergie. Le retour en train a été ponctué de jeux de mots et de cartes, concluant cette journée sportive sur une note conviviale.

Cette journée a été l'occasion d'utiliser du bon matériel avec un espace adapté à la pratique du sport. Ce fut aussi un moment pour apprendre à contrôler ses émotions afin que le collectif fonctionne mieux. Certains des jeunes ont aussi pu découvrir une nouvelle ville assez spéciale vu qu'elle a été créée avec l'unique but d'accueillir des étudiants, caractéristique qui apporte ses différences.

Jeudi : Activités avec les juniors

Retour au Blocry, cette fois avec les juniors. Leur énergie débordante a dynamisé la matinée, rythmée par des jeux variés et une variante des chaises musicales qui a vu les enfants danser avec entrain.

Le déjeuner en plein air a été un moment agréable de partage, suivi d'un retour en train plus calme grâce à la



fatigue accumulée. Ce fut une journée où les juniors ont relevé le défi du dépassement physique avec la joie et la bonne humeur.

Vendredi : Jeu de nuit avec les grands

Nous avons terminé la semaine en beauté avec un jeu de nuit au bois de la Cambre. Après un moment d'attente

marqué par un match de foot improvisé et la rencontre d'un chien, l'obscurité a signalé le début des festivités.

Guidés parfois les yeux bandés, nous avons traversé la forêt, résolu des énigmes, et découvert qu'un traître se cachait parmi nous. La compétition s'est intensifiée avec des courses et des défis, et bien que notre groupe ait perdu de peu, l'ambiance générale était excellente. Ce fut une soirée où la découverte d'un nouvel environnement a accentué le thème de la solidarité qui était à l'honneur afin de rendre le bois sombre beaucoup plus accueillant.

En conclusion, cette semaine a été riche en découvertes, en moments sportifs et en interactions. La diversité des activités a permis à chacun de se dépasser et de profiter d'un cadre dynamique et bienveillant. Une expérience marquante pour les participants comme pour moi !

MESIRCA Arturo

Éducateur





Comprendre l'autisme : des clés pour mieux accompagner les jeunes et leurs familles

L'autisme, souvent regroupé sous le terme de «troubles du spectre autistique» (TSA), est un trouble neuro-développemental qui affecte environ 1 % de la population mondiale, selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Ce trouble se manifeste principalement par des difficultés dans les interactions sociales, la communication

et les comportements. L'autisme peut également s'accompagner de sensibilités sensorielles particulières, ce qui peut amener les personnes à réagir différemment à des stimuli tels que le bruit, la lumière ou certaines textures.

Des manifestations variées

Le terme «spectre» illustre bien la diversité des formes que l'autisme peut prendre. Certaines personnes autistes peuvent avoir des difficultés importantes à communiquer verbalement, tandis que d'autres possèdent

des compétences linguistiques développées mais rencontrent des difficultés à comprendre les conventions sociales. Cette variabilité rend souvent le diagnostic complexe et demande une approche personnalisée et pluridisciplinaire. Comme le décrit l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (INSERM), l'autisme n'est pas une maladie, mais une différence neurologique qui affecte le développement de l'individu.

Origines et prise en charge

L'origine de l'autisme est encore en partie méconnue, bien qu'il soit établi qu'une combinaison de facteurs génétiques et environnementaux puisse jouer un rôle dans son développement. Actuellement, il n'existe pas de guérison pour l'autisme. Cependant, les recherches montrent que des interventions précoces, adaptées aux besoins individuels, peuvent grandement améliorer les capacités de communication, d'autonomie et d'insertion sociale des personnes concernées. Les thérapies comportementales, les approches éducatives et le soutien familial font partie des outils utilisés pour accompagner les personnes autistes.

Le rôle des AMO dans le soutien aux familles

Les Actions en Milieu Ouvert (AMO) peuvent jouer un rôle essentiel dans l'accompagnement des jeunes ayant un TSA et de leurs familles. Leur mission consiste à accompagner, soutenir

et orienter au mieux les familles et les enfants qui sont en demande. Notamment, dans le but de favoriser l'inclusion sociale du jeune concerné et de lui permettre d'accéder aux services les plus adaptés à ses besoins. En offrant un espace d'écoute et d'intervention respectueux de chaque individu, les AMO peuvent contribuer à renforcer les compétences sociales des jeunes, à soutenir les familles face aux défis du quotidien et à promouvoir une meilleure intégration des enfants dans la société.

Où trouver des services adaptés ?

Pour accompagner les familles dans cette démarche, une liste de lieux et services dédiés aux enfants avec TSA a été compilée. Ces centres, associations et services à Bruxelles offrent des interventions personnalisées, un soutien scolaire, et des activités favorisant le développement des enfants ayant un TSA.

Participate Autisme : Propose un accompagnement éducatif et psychosocial, des outils pour les familles, ainsi que des activités adaptées pour les enfants avec autisme. Leur guide pratique est particulièrement utile pour les premières étapes après un diagnostic.

<https://www.participate-autisme.be/fr/>

Centre Nos Pilifs (Laeken) : Centre de réadaptation ambulatoire spécialisé

pour les enfants atteints de TSA. Il offre un suivi adapté sur le plan scolaire et thérapeutique.

- Contact : Avenue des Pagodes 212, 1020 Bruxelles.
- Tél : 02 268 03 71.

S.U.S.A. Bruxelles : Service d'accompagnement pour enfants et adultes avec autisme, incluant un soutien scolaire, des formations pour les parents, et des activités de loisirs adaptées.

- Contact : Rue d'Enghien 40, 1080 Bruxelles.
- Tél : 02 346 41 70. Plus d'infos.

Centre Smile : Centre pluridisciplinaire proposant kinésithérapie, logopédie et psychologie pour les enfants avec TSA.

- Adresse : Avenue de Broqueville 275, 1200 Bruxelles.

Romeo ASBL : Aide à l'intégration scolaire pour les enfants avec autisme

ou autres besoins spécifiques en milieu ordinaire. Leur équipe soutient l'enfant dans les apprentissages et la mise en place d'adaptations.

Service PHARE (Cocom) : Offre un soutien financier et des conseils pour les familles d'enfants atteints de TSA, avec un accent sur l'éducation et l'autonomie.

<https://phare.irisnet.be/>

Centre Parhélie (Uccle) : Propose des soins et traitements pour enfants et adolescents présentant des troubles du développement liés à l'autisme.

- Adresse : Avenue Jacques Pastur 45, 1180 Bruxelles.
- Tél : 02 373 82 10.

CHAOUI Rumaysae

Assistante en psychologie



Sources :

1. Organisation mondiale de la santé (OMS)

- Source : «*Troubles du spectre autistique.*»

- Lien : [OMS - Troubles du spectre autistique] (<https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>)

2. Institut national de la santé et de la recherche médicale (INSERM)

- Source : «*Les troubles du spectre de l'autisme : Comprendre pour mieux accompagner.*»

- Lien : [INSERM - Troubles du spectre de l'autisme] (<https://www.inserm.fr>)

Source image : Image générée par Chat GPT



La pureté d'un cœur, la force d'une mère

En complément de l'article de Rumayssae, voici un témoignage d'une maman dont le fils a un trouble du spectre autistique (TSA)

« Bonjour, je m'appelle Maria et je suis la maman de Roberto. Avec mon fils, nous avons traversé des épreuves difficiles. Avant sa naissance, j'ai fait trois fausses couches et donné naissance à un enfant mort dans mon ventre. Lorsque je suis tombée enceinte une 5e fois, pour mon fils Roberto, les médecins m'ont

recommandé de subir un ²cerclage abdominal pour minimiser le risque de perdre à nouveau mon enfant. *

* *«Pour préserver l'anonymat de la famille, Maria et Roberto sont des noms d'emprunt.»*

2 Cerclage abdominal : Un cerclage abdominal est une intervention médicale utilisée pour aider une femme à mener sa grossesse à terme si elle a un col de l'utérus trop fragile ou court. Elle consiste à placer une bande ou un fil solide autour du col de l'utérus depuis l'extérieur, par une petite incision dans l'abdomen afin de renforcer le col pour empêcher qu'il ne s'ouvre avant le terme de la grossesse.

Après sa naissance, le père de Roberto, toxicomane, effrayait énormément le petit. Lorsqu'il était à la maison, je sortais pour nourrir Roberto au biberon dans un parc, et cela a duré jusqu'à ses 8 mois. Nous vivions ainsi. Puis, nous nous sommes séparés. Cependant, ce changement m'a laissée perdue et démunie.

Dans un premier temps, nous sommes restés dans un hôtel et puis nous avons été accueillis par le Samusocial. Pendant cette période, notre rythme a été perturbé, notamment par rapport aux temps de repas, qui étaient très cadrés... Je n'étais même pas en capacité de comprendre que mon fils était autiste. Ce n'était qu'après son entrée à l'école que son institutrice a commencé à avoir des soupçons. Malheureusement, l'école a refusé de continuer à l'accueillir, surtout qu'il n'était pas encore soumis à l'obligation scolaire. Cela nous a conduits à multiplier les consultations chez les médecins et les psychologues. Au bout d'un an, j'ai enfin reçu le diagnostic : mon fils est autiste.

Notre histoire est longue et marquée de souffrances. J'ai beaucoup appris grâce à mon fils et également sur l'autisme. Cependant, j'ai réalisé que je ne pourrai jamais changer la perception que les gens ont sur cette situation.

Aujourd'hui, je mène un combat, seule dans un pays dont je ne maîtrise pas la langue. Je dois gérer les démarches administratives, les courses, et assumer à la fois le rôle d'une maman et d'un

papa. Je n'ai personne pour me soutenir ici, mais mon fils me donne la force de continuer.

Quand on parle d'autisme, cela signifie parfois ne jamais entendre le mot « maman », se heurter aux portes fermées des écoles. Cela signifie qu'il ne m'embrasse pas, que je ne peux même pas aller à l'hôpital, même si je suis gravement malade, et que je dois parfois repousser mes propres traitements. Mais le plus douloureux, c'est de ne pas pouvoir fêter son anniversaire comme les autres enfants, de ne pas le voir souffler ses bougies ou applaudir.

L'autisme n'a pas de description, mais le combat de la maman est aussi indescriptible. L'autisme, c'est une forme de pureté, un autre monde, un cœur pur, mais aussi ma douleur. Mon fils est ma force vitale, celui qui réchauffe ma main quand elle est froide, il m'apprend à avancer librement.

Si je peux vous donner un conseil en tant que mère, emmenez votre enfant autiste partout. Faites-le sortir, socialisez-le, peu importe le regard des autres. Éloigner de votre vie toutes personnes, qu'elles soient de votre famille ou de vos amis, qui n'acceptent pas votre enfant tel qu'il est. Le changement que vous souhaitez voir chez votre enfant commence par vous-même.

Je voudrais conclure ce témoignage par un message d'espoir ; nous avons accompli beaucoup de choses et nous

en accomplirons d'autres. Notre chemin est long, rions ensemble ».

Si vous vous reconnaissez dans le parcours de cette maman, n'hésitez pas à nous solliciter. Vous trouverez auprès de notre équipe une oreille attentive, un soutien précieux et des conseils adaptés pour vous accompagner

dans vos démarches et vos épreuves quotidiennes.

ERYORUK Neslihan

Assistante en psychologie





Utilisation des photos et textes présents dans le journal

Tous les textes, documents pdf, illustrations, photos, logos présents dans ce journal appartiennent à l'asbl Inser'Action. Toute utilisation doit être autorisée.

Nous avons, dans la mesure du possible, demandé aux personnes représentées sur les photos leur accord. Toute personne figurant sur une photo peut demander le retrait du cliché de nos pages en adressant une simple demande au secrétariat dont l'adresse est reprise ci-dessous.

Les photos présentes sur le site et dans le journal ne sont qu'illustratives et non exemplatives. Toute ressemblance entre les personnes qui s'y trouvent et les situations décrites serait purement fortuite et involontaire.

Inser'action asbl

Siège social / permanence sociale / administration

48, rue Saint-François

1210 Saint-Josse-ten-Noode.

Atelier / activités collectives

10, rue Saint-François

1210 Saint-Josse-ten-Noode.

Téléphone : 02/218.58.41

Email: info@inseraction.be

Site: www.inseraction.be

Facebook, Instagram, TikTok : @InseractionAmo

Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles, de l'ONE, de la Région de Bruxelles-Capitale, de la Commission communautaire française, de la Commune de Saint-Josse-Ten-Noode et du service Arc-en-Ciel.

