

Action'réaction



Journal d'Inser'action n°227 | Décembre 2025

www.inseraction.be

info@inseraction.be



Quelle place la société accorde-t-elle aujourd'hui à l'implication émotionnelle et éducative du père ?

Entre tendresse, autorité et engagement : redécouvrir le rôle essentiel du père dans la vie des enfants.

p 6 - 8

Une rencontre hors du temps à la maison de repos Carina

Des enfants et des aînés partagent rires, jeux et émotions lors d'une activité intergénérationnelle unique.

p 12 - 14



Une aventure sous le froid d'octobre

Deux jours et une nuit sous tente : dépassement de soi, solidarité et souvenirs inoubliables pour nos jeunes aventuriers.

p 15 - 17

Ils l'ont fait!

Nos jeunes sur scène : émotions, rires et réflexions sur le racisme ordinaire.

p 18 - 20



Édito

Chères lectrices, chers lecteurs,

Alors que l'année touche à sa fin, nous sommes heureux de vous retrouver pour ce dernier numéro de 2025 ! Un moment pour faire le point sur nos activités, nos découvertes et les partages qui ont marqué ces derniers mois.

Dans ce numéro, Arturo nous plonge dans l'énergie des tournois de foot et de volley, où dépassement de soi et esprit collectif se mêlent à la joie des jeunes participants. Ensuite, Firdaws rappelle l'importance des activités pour les 4-6 ans, essentielles à leur développement moteur, cognitif et social, tandis qu'Hadrien revient sur la randonnée avec nuitée des Grands, un temps fort d'aventure et de cohésion.

Kamel nous éclaire sur l'effet de groupe et l'influence puissante des pairs à l'adolescence, quant à Reyyan explore la place du père aujourd'hui, partagé entre autorité, présence et engagement émotionnel. Feidreva, elle, questionne le regard des jeunes sur les mères au foyer, mettant en lumière une

invisibilisation encore trop fréquente. Roxanne aborde la précarité des familles à Bruxelles et ses impacts sur les enfants, un rappel nécessaire des réalités sociales qui nous entourent.

Santiago partage un moment d'humanité lors d'une activité intergénérationnelle à la maison de repos Carina, et Yousra nous fait revivre la représentation théâtrale de notre troupe, un projet créatif et porteur de messages forts contre les discriminations.

Et ce n'est pas tout... pour 2026 attendez vous à une nouvelle surprise qui viendra enrichir notre journal et notre manière de partager nos histoires – nous reviendrons vers vous dès que possible.

Au nom de l'équipe d'*Inser'Action*, je vous souhaite une excellente lecture et, surtout, une très belle fin d'année !

DUFLONT Coralie

Coordinatrice de la permanence psychosociale



Sommaire

Page 2 Édito

Page 4 - 5 La précarité des familles : une réalité toujours plus présente à Bruxelles / Roxanne FAVEAUX

Page 6 - 8 Quelle place la société accorde-t-elle aujourd’hui à l’implication émotionnelle et éducative du père ? / Reyyan YALCIN

Page 9 - 11 Quand les mères disparaissent derrière leurs tâches : le regard que portent les jeunes sur la mère au foyer / Feidreva LEYS

Page 12 - 14 Une rencontre hors du temps à la maison de repos Carina / Santiago AGUDELO

Page 15 - 17 Une aventure sous le froid d'octobre / Hadrien GHILARDI

Page 18 - 20 Ils l'ont fait ! / Yousra BOUDAHMANE

Page 21 - 24 Quelle est l'importance des activités pour les enfants âgés de 4 à 6 ans ? / Firdaws MANDOUDANE

Page 25 - 26 L'effet de masse / Kamel EL ISAOUI





La précarité des familles : une réalité toujours plus présente à Bruxelles

À Bruxelles, la précarité touche un nombre grandissant de familles. Derrière les statistiques se cachent des réalités humaines complexes : des parents inquiets pour leurs enfants, des jeunes dont l'avenir semble compromis, et un tissu social qui peine parfois à suivre.

Selon l'UNICEF Belgique, *quatre enfants sur dix grandissent dans la pauvreté à Bruxelles, un sur quatre en Wallonie et un sur dix en Flandre*. Ces chiffres alarmants rappellent que la pauvreté ne se résume pas à un manque d'argent. Elle affecte la santé, l'éducation, la sécurité et les perspectives d'avenir des enfants. Dans notre pays, le contexte socio-économique dans lequel grandit

un enfant influence fortement son bien-être et ses chances de réussite.

Cette situation est particulièrement préoccupante dans la capitale. D'après Bruxelles Today, *37,3 % des habitants de la Région bruxelloise vivaient en 2024 dans une situation de pauvreté ou d'exclusion sociale*, contre une moyenne nationale de 18,3 %. Les familles monoparentales et les personnes sans emploi sont les plus touchées : plus d'un tiers des familles monoparentales vivent sous le seuil de pauvreté, et près de 70 % des chômeurs sont exposés au risque d'exclusion.

De son côté, l'Institut Bruxellois de Statistique et d'Analyse (IBSA) indique qu'en 2021, *un tiers des jeunes de moins de 18 ans à Bruxelles bénéficiaient du statut d'intervention majorée (BIM)*, signe d'une précarité croissante parmi les familles.

Mais la précarité ne s'arrête pas aux difficultés financières. Le site officiel be.brussels rappelle que *33 % de la population bruxelloise est considérée comme à risque de pauvreté*, soit le double de la moyenne nationale. Ces familles vivent aussi de l'isolement social, des démarches administratives complexes et un sentiment d'exclusion qui renforce leur vulnérabilité. Une politique inclusive devrait donc réduire ces obstacles et garantir un accompagnement adapté.

Témoignage

Une jeune suivie par le CPAS témoigne

« J'ai eu des problèmes familiaux. Un jour, on m'a mise dehors, devant la porte. Je n'avais pas d'argent, donc j'ai été obligée d'aller au CPAS », raconte une jeune bénéficiaire.

« Le CPAS m'a beaucoup aidée, surtout au début. Je n'avais plus rien, même pas de vêtements. Grâce à eux, j'ai pu acheter ce dont j'avais besoin. »

Aujourd'hui, elle explique aller un peu mieux : « Pour l'instant, je n'ai plus de difficultés matérielles, ma tante et ma grand-mère sont là pour moi.

Mais psychologiquement, c'est difficile. J'ai encore beaucoup de colère envers mes parents. »

Malgré tout, elle garde espoir : « J'essaie juste de garder la tête haute. Avant, j'étais très sensible, je pleurais pour tout. Mais le jour où on m'a mise dehors, j'ai compris qu'il fallait que ça change. J'ai décidé d'avancer, de retirer les mauvaises personnes de ma vie et de faire de nouvelles rencontres. »

Face à ces témoignages, il est clair que la précarité ne se résume pas à des chiffres: elle bouleverse des parcours, fragilise des familles et marque durablement les jeunes.

Les AMO et les associations locales ont un rôle essentiel : écouter, accompagner, redonner confiance et rappeler que derrière chaque statistique, il y a une histoire, un visage et une volonté d'avancer.

FAVEAUX Roxanne

Travailleuse sociale



Sources :

- UNICEF Belgique – La pauvreté infantile en Belgique <https://www.unicef.be/fr/plaidoyer/le-plaidoyer-sur-divers-themes-politiques/la-pauvrete-infantile>
- be.brussels – Origine et situation sociales <https://be.brussels/fr/aide-social-sante/origine-et-situation-sociales>
- IBSA Bruxelles – Précarité et aide sociale <https://ibsa.brussels/themes/precarite-et-aide-sociale>
- Bruxelles Today – Près de 40 % des Bruxellois vivent dans une situation précaire <https://www.bruxellestoday.be/actualite/pauvrete-pres-de-40-des-bruxellois-vivent-dans-une-situation-precaire.html>



Quelle place la société accorde-t-elle aujourd’hui à l’implication émotionnelle et éducative du père ?

Pendant longtemps, le père était surtout considéré comme celui qui travaillait pour subvenir aux besoins de sa famille. Son rôle se limitait souvent à poser un cadre et à assurer la sécurité du foyer. De nos jours, avec le souhait d'égalité et de partage des rôles, on attend des pères qu'ils soient aussi présents émotionnellement et qu'ils participent à l'éducation de leurs enfants.

La société valorise désormais cette nouvelle image du père. On s'éloigne peu à peu du modèle traditionnel du « père pourvoyeur » et autoritaire, pour aller vers celui que le sociologue François de Singly appelle le « père-cheval » : un père qui se met à la hauteur de l'enfant, qui joue, échange et partage le quotidien.

Ces changements s'inscrivent dans une société de plus en plus sensible aux émotions, où l'éducation repose davantage sur l'écoute, la communication et le bien-être affectif.

Cependant, ce nouveau modèle reste ambivalent : on attend du père qu'il

soit à la fois tendre et disponible, tout en gardant son rôle de repère et d'autorité. Entre le « père gendarme » et le « père copain », la société cherche un équilibre difficile à atteindre. Le père d'aujourd'hui doit donc trouver sa place entre affectivité, autorité et engagement éducatif, un rôle plus riche mais aussi plus exigeant.

Des stéréotypes et des inégalités encore bien ancrés

Malgré ces avancées, l'implication paternelle n'est pas encore totalement reconnue. La mère reste souvent perçue comme la figure principale du soin et de l'éducation. Le père, quant à lui, est souvent perçu comme un simple soutien.

Les stéréotypes de genre persistent : un père très émotif ou trop présent peut être jugé différemment qu'une mère dans la même situation. Selon une enquête menée par Parents et Verywell Mind auprès de 1 600 pères, près de 59 %, des pères souhaiteraient être davantage reconnus dans leur rôle parental.

Le milieu professionnel reste aussi un frein : certains hésitent à prendre leur congé parental par peur d'être jugés. Après une séparation, la garde des enfants est encore majoritairement confiée à la mère, ce qui reflète une vision encore traditionnelle de la parentalité.

Ces inégalités reposent sur ce que la sociologie appelle les rapports sociaux

de sexe, c'est-à-dire des différences construites par la société entre les rôles masculins et féminins. Comme l'ont montré Monique Haicault et Danièle Chabaud-Richter, les femmes continuent souvent d'assumer une "charge mentale" plus importante et une disponibilité permanente pour leur famille, tandis que les hommes sont encore valorisés pour leur rôle économique ou protecteur. Ces normes sociales rendent difficile une répartition réellement équilibrée des responsabilités parentales. Ainsi, même si le père moderne est valorisé pour sa sensibilité et son implication éducative, la société continue de lui imposer un modèle où il doit être présent sans jamais trop s'éloigner de son rôle traditionnel.

Le regard des jeunes

Pour mieux comprendre cette évolution, il est intéressant d'écouter la vision qu'en ont les jeunes eux-mêmes. Les témoignages recueillis montrent que leurs attentes envers les pères ont beaucoup évolué. Ils décrivent un «père présent» comme quelqu'un qui prend le temps de parler, d'écouter et de s'intéresser à ce que vit son enfant, même lorsqu'il travaille beaucoup. Pour eux, un bon père doit être à la fois protecteur, à l'écoute et capable de montrer sa fierté sans forcément le dire. Ils remarquent que les pères d'aujourd'hui sont plus ouverts, plus expressifs et moins autoritaires que ceux d'avant, mais que beaucoup restent encore pris par le travail ou absents émotionnellement. Tous

souhaitent un père capable de trouver un équilibre entre autorité, proximité et dialogue, qui soit à la fois repère, soutien et ami dans le quotidien.

En conclusion, la place du père a beaucoup évolué au fil des générations. Aujourd'hui, on valorise davantage son rôle affectif et éducatif, et les jeunes eux-mêmes expriment ce besoin d'un père présent, à l'écoute et proche. Cependant, les stéréotypes de genre, la charge mentale inégalement répartie et les attentes sociales freinent encore cette évolution. Le père d'aujourd'hui doit trouver un équilibre entre autorité, tendresse et engagement : un rôle exigeant mais essentiel dans la construction de l'enfant. Il reste donc nécessaire de poursuivre le changement

des mentalités pour que la présence du père soit reconnue comme aussi indispensable que celle de la mère, non seulement dans les discours, mais aussi dans les pratiques.

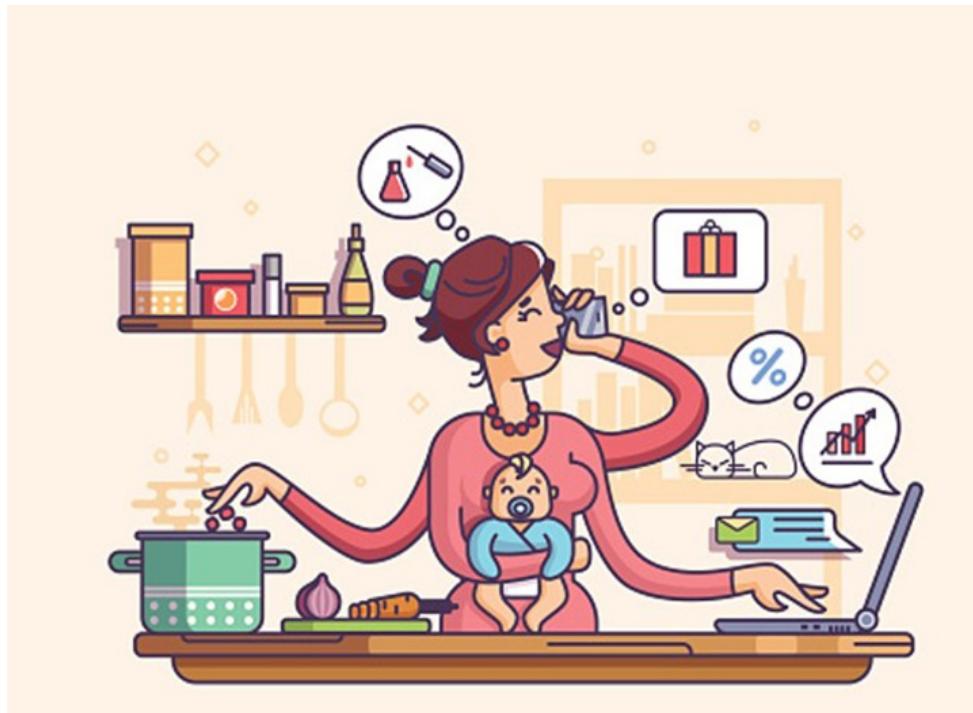
YALCIN Reyyan

Stagiaire assistante en psychologie



Sources :

- <https://www.irp.wisc.edu/resource/involved-fathers-play-an-important-role-in-childrens-lives/>
- <https://www.parents.com/parents-survey-finds-59-of-dads-wish-they-felt-more-seen-7509558>
- https://www.lemonde.fr/en/opinion/article/2025/05/10/in-french-families-equality-between-fathers-and-mothers-is-still-far-from-the-norm_6741131_23.html



Quand les mères disparaissent derrière leurs tâches : le regard que portent les jeunes sur la mère au foyer

Dans le silence des maisons, résonne une vérité souvent négligée : les mères, notamment celles qui ne travaillent pas à l'extérieur, sont trop souvent perçues uniquement à travers ce qu'elles font : le ménage, la cuisine, l'éducation des enfants, et non pour qui elles sont en tant que femmes. Cette vision réductrice affecte non seulement la manière dont les enfants et les jeunes adultes voient leur mère, mais aussi la façon dont les mères se perçoivent elles-mêmes.

Lorsqu'un enfant doit décrire sa mère au foyer, les réponses se ressemblent : « ma mère donne tout son temps pour nous », « elle s'occupe de la maison ». Rarement évoque-t-il ses goûts, ses rêves ou sa personnalité. Cette focalisation sur la fonction domestique provient d'un héritage culturel et symbolique profondément ancré, qui associe la maternité à la vigilance et à la disponibilité permanentes (Delphy, 2001).

Des recherches récentes montrent que cette perception reste majoritaire, même parmi les jeunes générations. Une étude menée auprès d'étudiants révèle que, malgré des attitudes égalitaires affichées, beaucoup

estiment encore que la mère doit s'occuper prioritairement de la garde des enfants et des corvées domestiques (Pew Research Center, 2021). De son côté, l'INSEE (2022) a mis en évidence que les femmes continuent d'effectuer plus des deux tiers du travail domestique, un déséquilibre persistant malgré l'évolution des normes sociales. Cette répartition, décrite par Daminger (2019) comme la « dimension cognitive du travail domestique » (charge mentale), alimente une invisibilisation symbolique : la mère devient la garante du foyer, une figure invisible précisément parce qu'elle est censée anticiper et prendre soin sans jamais s'interrompre.

À cette invisibilité s'ajoute un autre phénomène : la valorisation du « sacrifice maternel ». On célèbre la mère qui a « tout donné », celle qui « fait passer la famille avant elle ». Or, ces récits bien intentionnés participent à la construction d'une identité effacée. La mère devient un rôle et non une personne, une fonction plutôt qu'un sujet (Boulding, 1979 ; Chollet, 2018). Selon Nunez Pena et al. (2019), ce type d'invisibilité émotionnelle, combiné à la charge domestique non reconnue, fragilise le bien être psychologique des femmes au foyer et accentue un sentiment de solitude et de dévalorisation.

Cette dynamique produit deux effets majeurs. D'un côté, la mère perd une part de visibilité symbolique : elle est perçue comme « la mère », et non comme une femme à part entière. De

l'autre, les enfants grandissent avec une image limitée, celle d'une mère qui « fait » et non qui « est ». La mémoire affective qui se construit dans ce cadre reproduit le modèle d'une figure maternelle dépersonnalisée, associée à la sphère domestique, et rarement envisagée comme porteuse de désirs, de passions ou d'un monde propre (Sánchez & Thomson, 1997).

Des entretiens menés auprès de jeunes confirment ce phénomène : lorsqu'ils doivent décrire leur mère, les premiers mots évoqués relèvent presque systématiquement de qualités associées au rôle maternel : gentille, patiente, attentionnée, forte, courageuse, à l'écoute, « toujours là quand il faut », surprotectrice ou respectable.

Ces adjectifs, bien que révélateurs d'attachement et de gratitude, renvoient avant tout à des attentes sociales profondément intégrées : celles d'une mère dévouée, douce, disponible et moralement exemplaire. En revanche, les traits qui décrivent réellement la personnalité : extravertie, sociable, honnête, ouverte d'esprit, drôle, apparaissent plus rarement dans les réponses.

Leur faible présence montre à quel point la figure maternelle est filtrée à travers ce que la mère doit être plutôt que la personne qu'elle est. Même lorsqu'ils tentent de parler de leur mère comme personne, les jeunes semblent d'abord réactiver les normes du rôle, laissant dans l'ombre la singularité de la femme derrière la fonction.

Pour rééquilibrer ce regard, il importe d'engager un changement culturel et éducatif.

Les mères doivent pouvoir raconter autre chose qu'un quotidien fait de tâches : parler de leurs passions, de leur humour, de leur singularité. L'éducation peut jouer un rôle clé en valorisant l'idée que « ma mère est une personne » plutôt qu'une figure fonctionnelle. Par ailleurs, il devient essentiel de reconnaître le travail domestique et de soin comme un véritable travail, doté d'une valeur économique et symbolique (OCDE, 2023).

C'est à cette condition qu'on pourra repenser les représentations sociales et médiatiques attachées à la maternité,

pour sortir de l'image de la « mère machine » et retrouver celle d'une femme entière.

Quand les mères disparaissent derrière leurs tâches, c'est une part de leur humanité qui s'efface au profit d'un rôle. Les enfants et la société perdent ainsi non seulement ce que la mère accomplit, mais aussi ce qu'elle est. Redonner visibilité à cette humanité, c'est reconnaître la mère comme un être singulier, dont la valeur dépasse la domesticité et dont la présence habite bien au delà des gestes du soin.

LEYS Feidreva

Travailleuse sociale



Sources:

- Boulding, E. (1979). *The Underside of History: A View of Women Through Time*. Sage Publications.
- Chollet, M. (2018). *Sorcières. La puissance invaincue des femmes*. Zones.
- Daminger, A. (2019). *The cognitive dimension of household labor*. *American Sociological Review*, 84(4), 609–633.
- Delphy, C. (2001). *L'ennemi principal 2: Penser le genre*. Syllepse.
- INSEE. (2022). *Enquête Emploi du temps – La répartition des tâches domestiques demeure très inégale*.
- Nunez-Pena, M. I., Byrne, A., & O'Leary, M. (2019). *Invisible household labor and women's emotional well-being*. *Frontiers in Psychology*, 11, 8223758.
- Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE). (2023). *Gender, Institutions and Development Database*.
- Pew Research Center. (2021). *Modern Parenthood: Attitudes and Trends in Family Roles*.
- Sánchez, L., & Thomson, E. (1997). *Becoming mothers and fathers: Parenthood, gender, and the division of labor*. *Gender & Society*, 11(6), 747–772.



Une rencontre hors du temps à la maison de repos Carina

La deuxième semaine des stages de Toussaint était consacrée au groupe des Castors. Le programme, bien rempli, a offert aux enfants une multitude d'activités : cuisine, décoration de citrouilles, grand jeu, et une sortie au musée. Mais s'il fallait retenir un moment fort de cette semaine, ce serait sans aucun doute l'activité intergénérationnelle à la maison de repos et de soins Carina, à Auderghem. Une rencontre hors du temps, pleine de bienveillance, d'écoute et de partage.

Cette activité s'inscrit pleinement dans les objectifs pédagogiques d'Inser'action, qui visent à développer chez les enfants le sens du respect, de

l'ouverture et de la solidarité. En allant à la rencontre des aînés, les jeunes ont pu découvrir une autre réalité que la leur, apprendre à écouter, à échanger, et à créer du lien à travers des gestes simples et sincères. La maison de repos Carina est un lieu familier pour Inser'action : une collaboration existe depuis un certain temps. Cette fois, c'est l'équipe de Carina qui a contacté les éducateurs pour proposer une activité spéciale à l'occasion d'Halloween, le 31 octobre.

L'idée ? Offrir un moment convivial aux résidents, souvent isolés, et permettre aux enfants de vivre une expérience différente — une journée festive, certes, mais aussi empreinte d'humanité.

Dès notre arrivée, nous avons été accueillis chaleureusement par le personnel, plus particulièrement par

l'éducatrice Bintou et les résidents, tous aussi enthousiastes que nous. Comme les enfants, plusieurs d'entre eux avaient joué le jeu du déguisement pour se mettre dans l'ambiance d'Halloween. Après une courte présentation, les jeunes ont été répartis en petits groupes, chacun accompagné de résidents.

L'équipe éducative de Carina avait préparé plusieurs petits jeux pour favoriser les échanges :

- Un jeu de définitions autour du thème d'Halloween ;
- Un jeu de lettres à remettre dans le bon ordre ;
- Et enfin, un message codé à déchiffrer, qui nous a menés à une surprise bien cachée.

Le message secret nous a conduits jusque dans la chambre d'un résident, où nous attendait une belle récompense : des sachets individuels de bonbons, soigneusement préparés par les résidents eux-mêmes.

Cette activité illustre parfaitement les objectifs pédagogique et valeurs d'Inser'aktion:

- **Développer l'empathie et l'ouverture à l'autre**

Rencontrer un public souvent invisible aux yeux des jeunes, comprendre leur réalité, leur rythme, leur fragilité...

- **Encourager la coopération et le vivre-ensemble**

À travers les jeux, nos jeunes ont dû collaborer, soutenir les résidents, prendre le temps.

- **Valoriser la solidarité et la bienveillance**

Pour beaucoup, c'était une première interaction de ce type. Et ils ont montré une grande maturité.

- **Renforcer l'estime de soi**

Voir qu'ils peuvent apporter du bonheur à quelqu'un, même par un petit geste, laisse une trace qui reste.

Nous avons souhaité intégrer les témoignages des jeunes tels quels, sans les modifier, pour respecter la spontanéité et la sincérité de leur vécu :

« Ce que j'ai aimé de cette journée, c'est le fait d'avoir partagé avec des personnes âgées. »

« J'ai beaucoup aimé le fait qu'ils aient pris le temps de nous faire des paquets de bonbons qu'on a eus après le jeu du message secret. »

« J'ai bien aimé la journée. J'ai même aidé une personne âgée qui était en chaise roulante à venir dans le groupe. »

« J'ai beaucoup aimé les jeux qu'on a faits, car on a joué avec les personnes âgées. »

Ces quelques phrases, simples et vraies, témoignent du sens profond que peut avoir une rencontre intergénérationnelle.

Cette activité a permis aux jeunes de vivre une expérience humaine et collective, où le jeu a été un véritable vecteur de lien entre générations. Beaucoup sont repartis avec le sourire et une belle leçon de vie.

Ce moment de partage, à la fois simple et touchant, a marqué la fin d'une semaine riche en émotions et en découvertes. Les enfants comme les aînés sont repartis le cœur léger, avec des souvenirs plein la tête... et quelques friandises en poche !

AGUDELO Santiago

Éducateur





Une aventure sous le froid d'octobre

Le 27 octobre restera une date mémorable pour notre groupe de jeunes aventuriers. Non pas pour la pluie battante ni pour le vent persistant, mais parce que, malgré ces conditions, nous avons décidé de maintenir notre randonnée de deux jours et une nuit sous tente. La météo n'allait pas avoir raison de notre motivation !

Dès les premières heures du matin, rendez-vous à l'AMO. Chacun s'équipe : sacs à dos, tentes, nourriture et matériel collectif. À peine sortis, c'est le déluge ! En quelques centaines de mètres, tout le monde est trempé, et certains se demandent déjà si l'aventure en vaut la peine. Mais pas question de faire demi-tour : direction Walcourt, à deux heures de train de Bruxelles. Le trajet se passe entre rires et parties de cartes.

À l'arrivée, un arrêt à la boulangerie pour acheter les baguettes du pique-nique, puis cap sur un petit bois pour se mettre à l'abri du vent. Les premiers kilomètres sont déjà rudes : champs battus par les bourrasques, chemins glissants, capuches envolées... mais les jeunes avancent, solidaires et déterminés.

La pause de midi est bien méritée, mais le chemin n'est pas fini ! Après un bon sandwich, le groupe repart, direction le lac de l'Eau d'Heure. La nature, parfois capricieuse, se fait sauvage : chemins envahis de ronces, clôtures qui nous bloquent, détours imprévus... Pourtant, personne ne baisse les bras. Les jeunes affrontent les obstacles avec courage et bonne humeur.

En route, ils croisent poneys, vaches et chevaux, prennent le temps d'observer, de caresser les animaux, de s'émerveiller. Beaucoup découvrent pour la première fois ce contact direct

avec la nature — une expérience simple, mais profondément marquante.

Arrivés au point de rendez-vous, Roger et Bernadette, nos hôtes du jour, viennent à notre rencontre. Encore quelques kilomètres à parcourir avant leur ferme, immense et accueillante, qui émerveille les jeunes dès le premier regard.

Installation des tentes, préparation du repas et du feu de camp : l'organisation se met en place. Pour certains, tout cela est une première : monter une tente, allumer un feu, cuisiner en extérieur... Mais ensemble, ils apprennent, s'entraident et partagent.

La soirée s'achève autour du feu, entre histoires, rires et jeux de loup-garou. Trois courageux ont même dormi dehors, en vraie version « Koh-Lanta » !

Au petit matin, la nature nous réveille : chants d'oiseaux, hennissements de chevaux, fraîcheur du vent. La nuit a été froide et humide, mais Bernadette vient sauver la troupe avec un petit-déjeuner chaud servi dans la maison : boissons réconfortantes, rires et chaleur humaine avant de repartir pour les 15 km du retour. Repartir après une nuit comme celle-là n'est jamais évident, mais nous avons une équipe de 11 courageux et, malgré quelques têtes déconfites, nous sommes motivés.

Après la photo souvenir avec Roger et les remerciements, le groupe reprend la route, direction le barrage du lac de l'Eau d'Heure. Malgré la fatigue, les

sourires restent présents. Les paysages, les forêts et les ruisseaux apportent une touche de magie à cette dernière journée, encore rythmée par la pluie fine et le vent.

De retour à la gare de Walcourt, les visages sont fatigués mais illuminés de fierté. Pour beaucoup, c'était une première expérience de randonnée, de repas, de vie en groupe en pleine nature.

Ils ont surmonté le froid, l'humidité, les courbatures... et surtout, leurs doutes.

À l'issue du séjour, les participants ne manquaient pas de partager leurs impressions, entre fatigue, fierté et éclats de rire.

Jenna confiait avec le sourire :

« En deux jours, j'ai marché plus que d'habitude en un mois ! »

Sarah ajoutait :

« C'était dur, mais je suis contente de ne pas avoir abandonné. »

Omar, lui, tenait à partager son enthousiasme :

« C'était sans aucun doute une de mes meilleures soirées à Inser'aktion. »

Aslam évoquait l'ambiance unique du campement :

« Les loups-garous de nuit, autour d'un feu, c'est des expériences dingues ! »

Yasmine, de son côté, se souvenait surtout des moments de convivialité :

« *Le fait de cuisiner tous ensemble, de rigoler, de prendre plaisir, c'est mon meilleur souvenir. Même quand on faisait la vaisselle dans le froid, avec nos mains gelées, on en garde un bon souvenir, parce qu'on a su dépasser la difficulté en rigolant ensemble.* »

Enfin, Omar concluait avec enthousiasme :

« *J'étais prêt à continuer deux jours de plus ! C'est une expérience incroyable. J'espère pouvoir refaire ça en été, et même l'année prochaine, parce que ça nous fait des souvenirs de fou.* »

Cette randonnée n'a pas seulement été une sortie sportive : elle a été une véritable école de vie. Les jeunes ont appris à se dépasser, à se soutenir, à apprécier la simplicité d'un repas partagé sous la pluie ou d'un feu de camp improvisé.

Entre efforts, rires, solidarité et émerveillement, cette aventure aura laissé des traces durables — dans les jambes, peut-être, mais surtout dans les esprits.

Chez Inser'action, on ne craint pas la pluie : on la traverse ensemble.

GHILARDI Hadrien

Éducateur





Ils l'ont fait !

Après une année entière de répétitions, de petits jeux, d'exercices et d'improvisations, notre petite troupe de théâtre s'est produite à la Maison des Cultures de Saint-Gilles. Un moment attendu, chargé d'émotion, et surtout porteur d'un message fort sur le racisme ordinaire et les discriminations quotidiennes.

Depuis septembre, les jeunes se réunissent chaque vendredi de 16h30 à 18h30 au 12 rue de l'Union, accompagnés de Nicolas Philippe, notre metteur en scène. Les premières semaines ont été consacrées à la cohésion, aux improvisations et à la découverte du jeu. C'est d'ailleurs de ces improvisations spontanées qu'est née la pièce écrite pour eux par Laurent Wetter.

Avec le temps, les ateliers se sont transformés en véritables séances de répétition. Tout s'est accéléré durant la première semaine des vacances de Toussaint, une semaine intense où les jeunes ont enchaîné les répétitions au point de finir en sueur.

« La semaine était fatigante mais c'était bien », confie Lina, qui reconnaît avoir failli mettre sa robe à l'envers tant le stress et l'excitation se mélangeaient en coulisses. « Je craignais surtout que le public ne réagisse pas... ». Apprendre à affronter le regard des autres, c'est une étape majeure, parfois très exigeante à leur âge.

Pour Youssef, habitué à la scène, l'approche était différente : « Je n'avais pas peur du public, je l'ai déjà vécu. Mais jouer devant eux, c'est quand même compliqué. J'aime le théâtre,

mais me confronter au public, c'est autre chose. »

Il ajoute : « Et la poubelle doit être déplacée, elle était sur le chemin ! ». Parce que le théâtre, c'est aussi ces imprévus invisibles pour le public et pourtant si présents dans la tête des jeunes.

Weronika, elle, retient surtout la tension et le soulagement : « C'était long et très stressant, mais au final tout s'est bien déroulé. »

Pour Bruce, la difficulté venait surtout du rythme : « On commençait trop tôt, je devais me lever à 7h. C'était bien et pas bien en même temps. »

Il a découvert, comme les autres, que derrière un spectacle "simple" se cache en réalité un immense travail : placements, accessoires, enchaînements, chorégraphie scénique...

« Je me suis demandé tout le long s'ils allaient prendre la poubelle ou pas », raconte-t-il aussi.

Quant à Paul, il résume parfaitement la progression du groupe :

« Les deux premiers jours je n'y arrivais pas. 9h-17h, c'est des horaires d'université ! Puis j'ai pris l'habitude et même du plaisir. Et sur scène, tout est passé trop vite. »

Une fois les projecteurs allumés, les jeunes découvrent souvent que la

peur laisse place à l'adrénaline, et l'adrénaline au plaisir.

Et puis il y a eu Marwa, discrète mais impressionnante. Pendant les répétitions, elle parlait peu. Le jour J, elle s'est affirmée, a trouvé sa voix et a livré une prestation forte, applaudie par tous. Certains jeunes sont peu loquaces dans la vie quotidienne, mais le théâtre leur offre un moyen d'expression et d'affirmation.

Sanaa, elle, souligne un autre aspect essentiel : l'émotion partagée dans le groupe.

« Même si on disait qu'on n'était pas vraiment stressés, je crois qu'on l'était tous un peu... mais un bon stress. J'ai trop aimé l'ambiance dans les coulisses: après chaque passage de quelqu'un, on sautait de joie pour lui ou elle ! Bruce, j'ai tellement aimé son passage... En fait, j'ai aussi beaucoup aimé tout le théâtre ! Franchement, je suis super contente d'avoir pu participer. »

Son témoignage rappelle combien la solidarité et l'enthousiasme collectif ont porté toute la troupe. La joie, l'encouragement mutuel et la fierté des uns pour les autres ont donné à ce projet une force particulière.

Sous les yeux de plus de 80 spectateurs, les jeunes ont enchaîné 10 scènes, abordant le racisme ordinaire mais aussi le sexismé au travail, les préjugés ou encore le partage. Avant le spectacle, des ateliers de prévention: jeux de rôle, mises en situation et ateliers créatifs on

permis déjà d'aborder la thématique et de sensibiliser le public.

Un moment fort : le débat après la représentation



Effectivement, après la dernière scène, les projecteurs ne se sont pas éteints. Au contraire : ils se sont tournés vers le public.

Un débat ouvert a été organisé, permettant aux jeunes et aux spectateurs d'échanger sur ce qu'ils venaient de vivre, de ressentir et de questionner.

Ce moment a été essentiel. Il a permis une vraie réflexion collective, non seulement sur le contenu du spectacle et les réalités dénoncées, mais aussi sur tout le travail accompli par les jeunes.

Les échanges ont montré à quel point l'interaction avec le public donne du sens au projet : entendre les réactions,

répondre aux questions, écouter les perceptions des autres... C'est exactement là que le théâtre devient un outil d'éducation, de prévention et de prise de conscience.

Pour les jeunes, être entendus et pris au sérieux dans un dialogue avec des adultes et des pairs a été un moment valorisant qui a renforcé leur confiance en eux.

Et pour le public, ce fut l'occasion de mieux comprendre leurs intentions, leurs émotions, leurs messages, et de repartir avec une réflexion plus profonde.

Ce débat ainsi que les ateliers de prévention n'étaient pas de simples "bonus" : ils faisaient partie intégrante du projet. C'est dans ces échanges que la sensibilisation prend vraiment vie.

Cette aventure ne se termine pas là ! Effectivement, elle continue avec une seconde représentation programmée le 6 décembre au Théâtre de la Vie à Saint-Josse.

Et pour la suite... l'avenir nous le dira.

Mais une chose est certaine : la troupe a encore beaucoup à raconter.

BOUDAHMANE Yousra

Éducatrice





Quelle est l'importance des activités pour les enfants âgés de 4 à 6 ans ?

Si vous ne le saviez pas, la période des 4 à 6 ans correspond à un moment clé du développement global de l'enfant, tant sur le plan moteur (amélioration de la coordination, de l'équilibre, de la motricité fine) que sur le plan cognitif (langage, attention, résolution de problèmes) et sur le plan social-émotionnel (interaction avec les pairs, gestion des émotions, autonomie). Dans ce contexte, les activités proposées par Inser'action, jouent un rôle fondamental.

Autonomie, créativité et bien-être.

Toutes les activités proposées au sein d'Inser'action permettent à l'enfant d'être actif et non passif. Ils manipulent, expérimentent, font des choix, ce qui développe leurs compétences, leur estime de soi, leur confiance, et ils y prennent du plaisir.

Les enjeux sur le développement cognitif et le langage.

Par le biais des jeux et des activités, l'enfant va manipuler, expérimenter, explorer l'environnement que nous tentons, du mieux que nous pouvons, d'enrichir et de varier. Cela aide à

structurer ses représentations du monde, développer son vocabulaire, développer la logique. Le jeu, de manière générale, permet aux enfants de mieux comprendre et intégrer des concepts abstraits en les rendant concrets et significatifs.

Les impacts sur le développement moteur et la santé physique.

Vous n'êtes pas sans savoir que les activités physiques sont essentielles pour les enfants. À cet âge, le sport va permettre de développer la motricité fine mais aussi la motricité globale, la coordination, la conscience spatio-temporelle ainsi que le maintien d'une bonne santé.

Au sein d'*Inser'action*, de nombreuses activités sportives sont organisées et mises en place. Une fois par mois, au minimum, une journée sportive est organisée.

De plus, les activités sont bénéfiques pour le développement social et émotionnel. En effet, les activités de groupe, où les enfants sont en interaction, favorisent les compétences sociales, la coopération, les échanges, les débats, les conflits ainsi que leur résolution. Cela impacte aussi la sphère émotionnelle, notamment dans la gestion des émotions telles que la frustration, l'empathie ou encore l'adaptation aux règles.

En conclusion, pour les enfants de 4 à 6 ans — soit la catégorie des Juniors — les

activités sportives, sociales ou encore créatives ne sont pas simplement des passe-temps, mais constituent un levier essentiel dans le développement cognitif, moteur, social et émotionnel. Leur mise en place dans un cadre adapté, sécurisé et préparé permet à l'enfant de construire des compétences durables, le goût de l'aventure, une confiance en soi et un rapport agréable à l'apprentissage.

De plus, cela permet de poser des bases solides dans le temps. En comprenant tout cela, il est donc crucial qu'en ensemble, les familles, les éducateurs et *Inser'action* de manière générale accordent à ces temps d'activité une place réelle et réfléchie dans la vie de l'enfant.

Qu'en pensent les parents ? Et si on leur demandait ?

Firdaws : « *Qu'est-ce que vous pensez des activités proposées à Inser'action ?* »

Parent : « *Elles sont vraiment chouettes, éducatives et pédagogiques, je trouve.* »

Firdaws : « *Est-ce que vous trouvez qu'elles sont variées ?* »

Parent : « *Je trouve qu'elles sont plus variées pendant les semaines de vacances par rapport aux mercredis..* »

Firdaws : « *Et vous pensez que la cause de ce manque de variété durant les mercredis serait due à quelque chose en particulier ?* »

Parent : « À mon avis, c'est le manque de temps. Lors des vacances, il y a plus de temps vu que ce sont des journées entières, mais les mercredis, c'est moins faisable. »

Firdaws : « Oui effectivement, c'est plus facile de varier pendant les semaines de vacances car les horaires sont plus flexibles. Et que pensez-vous du fait de débuter nos activités dès l'âge de 4 ans?»

Parent : « J'estime personnellement que débuter à 4 ans, c'est un peu tôt. Vers 5 ou 6 ans, ce serait sans doute mieux, car ils sont déjà un peu plus autonomes et c'est plus facile. Autant pour les éducateurs que pour les parents. »

Firdaws : « Vous ne pensez pas que, justement, le fait de les mettre en activité dès le plus jeune âge favoriserait leur autonomie ? »

Parent : « Oui sans doute, c'est vrai, mais je préfère encore les garder un peu à la maison au moins jusqu'à 5/6 ans. C'est mon avis de manière générale, j'estime aussi que débuter l'école à 2 ans et demi c'est trop tôt. »

Firdaws : « Pourquoi avoir choisi d'inscrire vos enfants à Inser'action ? »

Parent : « Pour la proximité déjà. Et puis aussi pour l'ambiance. Les éducateurs sont super chouettes, ils sont sympas, c'est bien structuré et organisé. C'est une des rares ASBL à Saint-Josse à être comme cela, c'est vraiment bien. »

Firdaws : « Est-ce que vous trouveriez intéressant d'organiser davantage d'activités qui incluent les parents ? »

Parent : « Oui, mais pas trop, car avec les autres enfants, ce sera compliqué. Deux à trois fois par an, c'est super, car cela permet d'investir un peu plus les parents dans les activités des enfants. C'est l'occasion de voir ce que les éducateurs font tout au long de l'année, comme pour les drinks organisés, et cela donne du sens à ce que les enfants font durant toute l'année. »

Et les enfants, eux, qu'est-ce qu'ils en disent ?

Firdaws : « Est-ce que tu aimes bien venir aux activités ? »

Gibril : « Ouuiii ! »

Firdaws : « Et qu'est-ce que tu aimes bien dans les activités ? »

Gibril : « Tout ! »

Firdaws : « C'est quoi tout ? J'ai besoin que tu développes un petit peu plus. »

Gibril : « Les activités, sortir dehors, c'est tout ce que j'aime. »

Firdaws : « Et est-ce que tu penses que les activités, c'est utile ou pas trop ? »

Gibril : « C'est utile, parce que si notre mère a pas d'argent pour faire des activités, elle ne va pas penser à les faire. Et, parce que son enfant va toujours dire "je veux faire des activités" et elle ne pourra pas. »

Firdaws : « D'accord, tu veux dire que venir ici aux activités, c'est un peu moins cher et donc c'est chouette, c'est ça ? Et quel type d'activités on fait ici à Inser'action ? »

Gibril : « Oui. On apprend un peu les émotions, la pyramide (alimentaire), et on fait des jeux, et c'est tout ce qu'on fait. »

Firdaws : « Et quand on sort, on va où? »

Gibril : « On va au parc, on joue avec les autres, on va au théâtre et au cinéma. »

Firdaws : « Et toi, tu préfères venir aux activités ou rester à la maison ? »

Gibril : « Aller aux activités, c'est chouette ! »

Firdaws : « D'accord, merci beaucoup Gibril. »

MANDOUDANE Firdaws

Éducatrice



Sources:

- UNESCO. « L'activité en plein air, un jeu d'enfant. » Le Courrier de l'UNESCO, [en ligne], 2022. Disponible sur : <https://courier.unesco.org/fr/articles/lactivite-en-plein-air-un-jeu-denfant> (consulté le 14 octobre 2025).
- Gouvernement du Québec. « Importance du jeu pour le développement de l'enfant. » [en ligne], 2024. Disponible sur : <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/developpement-des-enfants/importance-jeu-developpement-enfant> (consulté le 14 octobre 2025).
- Enfant-Encyclopédie. « Apprentissage par le jeu : développement cognitif. » [en ligne], 2023. Disponible sur : <https://www.enfant-encyclopedie.com/apprentissage-par-le-jeu/selon-experts/le-role-de-lapprentissage-par-le-jeu-sur-le-developpement> (consulté le 14 octobre 2025).
- Hurtig, M.-C., Hurtig, M., Paillard, M. « Jeux et activités des enfants de 4 et 6 ans dans la cour de récréation. » *Enfance*, vol. 24, n° 1-2, 1971, pp. 79-143. Disponible sur : https://www.persee.fr/doc/enfan_0013-7545_1971_num_24_1_2523 (consulté le 14 octobre 2025).

MÉFIE-TOI DE L'EFFET DE GROUPE



L'effet de masse

Travailler auprès des adolescents, c'est constater chaque jour l'influence puissante du groupe sur leurs comportements. À cet âge, le besoin d'appartenance et de reconnaissance est essentiel, parfois au détriment du jugement personnel. L'effet de groupe peut alors pousser certains jeunes à adopter des attitudes qu'ils ne cautionneraient pas seuls : moqueries, mise en danger ou participation à des actes de harcèlement.

Ce phénomène ne traduit pas un manque de personnalité, mais la peur d'être exclu ou jugé. En tant qu'éducateurs, nous observons souvent ces changements d'attitude. Le groupe peut être un formidable moteur de solidarité et d'entraide, mais aussi un espace de pression et de dérive.

Notre rôle est d'aider les jeunes à prendre conscience de ces mécanismes et à renforcer leur confiance pour affirmer leurs choix. Comprendre l'effet de groupe, c'est leur permettre de rester eux-mêmes, même au cœur du collectif.

Lors du questionnaire que j'ai distribué sur l'effet de groupe, les jeunes ont montré une bonne compréhension du phénomène et une réflexion nuancée sur son impact. Tous ont reconnu que leur comportement pouvait parfois changer selon le groupe, soulignant que cette influence dépend du contexte et des personnes présentes.

La majorité a indiqué ne pas trop craindre le regard des autres, sauf un jeune qui a exprimé la peur d'être exclu, rappelant que le besoin d'appartenance reste fort à l'adolescence.

Pour eux, l'effet de groupe peut être à la fois positif et négatif, capable d'encourager ou de pousser à des comportements risqués. Lorsqu'ils suivent le groupe, ils affirment souvent ne pas vraiment savoir pourquoi, montrant que cette influence se fait parfois sans en avoir pleinement conscience.

Les dangers identifiés concernent surtout le risque de faire des choses dangereuses ou de participer à du harcèlement, ce qui témoigne d'une réelle lucidité. La plupart se disent capables de dire non, même si un participant reconnaît que cela peut être difficile.

Enfin, les jeunes valorisent ceux qui osent s'affirmer, les qualifiant de courageux ou matures, tout en admettant que la manière de s'opposer au groupe peut influencer la réaction des autres.

Globalement, leurs réponses traduisent une bonne prise de conscience des effets de groupe et de leurs conséquences possibles, ainsi qu'une volonté de mieux comprendre comment préserver leur identité et leurs choix personnels face à la pression sociale.

Les jeunes ont exprimé des avis variés mais réfléchis sur l'effet de groupe. Certains estiment que « tout dépend des amis que l'on a » et que « l'éducation aide à s'éloigner des mauvaises influences ». D'autres rappellent que « l'effet de groupe peut être bon ou mauvais », qu'il est important « d'avoir des amis de confiance » et « de ne pas rester seul ».

Plusieurs ont évoqué l'influence des réseaux sociaux, où « la peur d'être exclu rend les choses plus difficiles à contrôler ».

Un jeune souligne avoir « progressé et mûri » depuis qu'il a changé de fréquentations, tandis qu'un autre reconnaît que « l'effet de groupe peut devenir dangereux » et qu'il lui arrive « de se laisser entraîner puis de regretter ».

EL ISAOUI Kamel

Éducateur





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. Nous utilisons l'intelligence artificielle pour assurer la relecture de nos articles, garantissant ainsi une qualité et une cohérence, tout en générant des photos illustratives pour enrichir visuellement nos contenus.

Inser'aktion 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

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.

