



LA LETTRE D'INFORMATION DE RESILIENCE ENFANTS D'ASIE

# REA MAG'

## # 3

# Printemps 2015

DANS CE NUMERO

## Edito

par Nicole Weerts

Chers Adhérents et Donateurs, chers Amis,

Dans le prolongement de 2014, nous continuons en 2015 nos efforts de structuration afin d'assurer le développement et la pérennité de votre association : de nouveaux Statuts et un tout nouveau Règlement Intérieur viennent d'être approuvés lors de notre Assemblée Générale du 18 avril. Ces deux documents nous apportent non seulement un meilleur cadrage sur le plan juridique mais également un meilleur encadrement de nos bénévoles. La prochaine étape est maintenant d'entamer des recherches de subventions !

Toujours dans un but de transparence et d'efficacité, nous sommes dorénavant dotés d'un tout nouvel outil de gestion qui nous permet de gérer à la fois notre base de données donateurs mais également la comptabilité. Cet outil a été développé sur-mesure par Benoit, l'un de nos bénévoles à Paris, et simplifie grandement la tâche des secrétaires bénévoles au quotidien. Nous allons également transférer notre site web vers une adresse qui nous correspond mieux ([www.resilienceenfantsdasie.org](http://www.resilienceenfantsdasie.org)). Quant à notre logo, il s'offre actuellement une cure de rajeunissement : vous en saurez plus dans le prochain REA MAG' !

Pour finir, nous avons renforcé notre équipe de communication avec l'arrivée de nouveaux bénévoles chargés de communication événementielle et webmasters qui vont nous permettre de mieux nous faire connaître et de mieux gérer notre image. Nous continuons à vouloir développer un réseau de correspondants régionaux en France et sommes déjà présents à Strasbourg. Par ailleurs pour m'assister au quotidien, je m'appuie désormais sur deux personnes pour la coordination et la logistique des missions à venir ainsi que le suivi relationnel lié à ma fonction.

REA grandit, REA se développe ! C'est grâce à votre soutien à tous et au formidable travail de tous nos bénévoles. Merci du fond du cœur et bonne lecture de ce nouveau numéro de REA MAG' qui devient biannuel !



PSE



### Les ONG au Cambodge

REA MAG' vous présente quelques ONG partenaires œuvrant au Cambodge.

Page 2



### Interview

Entretien avec le Dr Contamin qui nous explique ce qu'est l'EMDR.

Page 3

Notre site web change d'adresse !  
Retrouvez-nous dès le 1<sup>er</sup> juillet sur  
[www.resilienceenfantsdasie.org](http://www.resilienceenfantsdasie.org)

# Les ONG au Cambodge, un espoir pour les enfants

par Sonia & Myriam

Après la guerre et les traumatismes engendrés, la mise en place d'organisations humanitaires au Cambodge était vitale pour redresser le pays et offrir de meilleures conditions de vie et de développement à la population, notamment aux enfants.

Véritables partenaires pour REA, elles sont de plus en plus nombreuses à bénéficier de l'accompagnement de nos bénévoles pour renforcer leurs compétences dans la prise en charge des troubles post-traumatiques des enfants. **REA MAG' vous présente quelques-uns de ses principaux partenaires.**

**Pour un Sourire d'Enfants** (PSE) a débuté en 1995, après le constat effarant de ses fondateurs : "Nous avons vu des enfants manger dans les ordures de la décharge de Stung Meanchey à Phnom Penh au Cambodge. C'était à hurler ! Il n'était pas possible, après avoir vu cela, de continuer à vivre normalement. Il fallait faire quelque chose !". Aujourd'hui, PSE distribue plus de 9000 repas par jour, scolarise plus de 4000 enfants et offre une formation professionnelle à 1500 jeunes. Au total, elle assure la prise en charge de 6000 enfants au Cambodge.

**Krousar Thmey** ("Nouvelle Famille" en khmer) est née en 1991 dans les camps de réfugiés en Thaïlande. Elle intervient dans 14 provinces du Cambodge à travers trois programmes : l'éducation spécialisée pour les enfants sourds ou aveugles, la protection de l'enfance et le développement culturel et artistique pour tous. Pas moins de 2500 enfants sont soutenus chaque année pour favoriser leur intégration sociale et leur épanouissement personnel.

**Friends International**, fondée en 1994, est aujourd'hui présente dans plusieurs pays du sud-est asiatique mais également en Egypte et au Honduras. Elle ne s'occupait à l'origine que des enfants des rues mais s'adresse aujourd'hui à tous les enfants et jeunes les plus marginalisés, ainsi qu'à leur famille et communauté. Elle vient en aide à plus de 60 000 enfants et familles dans le monde avec pour objectif de les intégrer socialement et de façon durable dans la société. Sa devise est "Ensemble, construisons le futur".

**Enfants du Mékong, Enfants & Développement** et **Enfants d'Asie** ont pour vocation de



subvenir aux besoins essentiels des enfants défavorisés, dont leur éducation, notamment par le biais du parrainage. Elles sont présentes dans plusieurs pays du sud-est asiatique. **Enfants du Mékong** intervient depuis 1958. Au total 22 000 enfants sont parrainés – scolarisés, nourris et habillés – et 60 000 autres sont soutenus dans leur accès à l'éducation. Santé, éducation et travail social sont également au centre des actions menées par **Enfants & Développement** depuis 1984. Son cœur de cible est les enfants les plus démunis – en particulier les filles – mais également leurs mères. Quant à **Enfants d'Asie**, fondée en 1991, elle agit auprès de 13 000 enfants à travers le parrainage individuel, le parrainage étudiant et le soutien collectif.

REA travaille aujourd'hui avec plus de 15 ONG au Cambodge. Retrouvez la liste complète de nos partenaires et leur site internet sur [www.reasie.fr/nos-partenaires/](http://www.reasie.fr/nos-partenaires/)

## Zoom sur...



Anne-Marie Filliozat  
Co-fondatrice de REA

Dans **Zoom sur...**, nous vous présentons la famille REA ! Dans ce numéro, **Zoom sur...** **Anne-Marie Filliozat**, psychanalyste, psychosomatienne et co-fondatrice de REA.

Enfant, Anne-Marie rêvait de devenir médecin. Un drame familial avait en effet plongé la famille dans une grande souffrance psychologique et elle imaginait que seul un médecin pourrait soulager cette souffrance. Face au refus de ses parents d'entamer des études de médecine, elle s'est tournée vers la philosophie. Elle y a découvert la psychanalyse ainsi que la différence d'approche entre psychanalyse et psychiatrie et en a fait son métier en devenant psychanalyste.

Anne-Marie a toujours travaillé à la fois en institution et en libéral. En institution, elle a appris le travail en équipe et auprès de malades hospitalisés. C'est en accompagnant des enfants atteints de maladies incurables et leur famille qu'elle s'est rendu compte que tous ne vivaient pas l'épreuve de la même façon. Elle a ainsi compris l'importance du psychisme dans la gestion du stress lié à une maladie grave et incurable, mais aussi dans le processus de guérison.

Elle a très vite acquis la réputation d'une *psy* qui accompagne les malades en prenant en compte tant la douleur psychique que physique. Elle a fondé *Le Cercle Psychosomatique\** pour former thérapeutes et personnel soignant aux relations dynamiques entre le corps et l'esprit, les émotions et la santé, et à la nécessité de pratiques psycho-corporelles simples et efficaces, accessibles à tout âge.

Lorsque Nicole Weerts lui a parlé de PSE et de leur besoin d'une formation en psychologie pour leurs équipes, elle s'est tout de suite proposée et est partie deux semaines à Phnom Penh. Son approche universelle s'adapte facilement à d'autres cultures et a été particulièrement bien reçue en Asie où la population est sensible au lien corps-esprit.

Anne-Marie a co-écrit de nombreux ouvrages\*. Elle donne toujours des cours et anime des séminaires de formation à la psychosomatique. Elle n'est plus active au sein de REA mais continue à suivre notre développement de près !

\* Bibliographie et liens sur [www.reasie.fr/qui-sommes-nous/notre-structure/](http://www.reasie.fr/qui-sommes-nous/notre-structure/)

# Entretien avec le Dr Contamin

par Maya

## La méthode EMDR : faire du traumatisme un mauvais souvenir ordinaire

"Le sentiment de découvrir quelque chose de **nouveau**, de vraiment **passionnant** et d'**interactif**", ce sont les mots utilisés par le **Dr Emmanuel Contamin** quand il revient sur sa découverte de l'EMDR\* en 2005. Il a aujourd'hui fait de cette méthode son modèle d'actions principal, en devenant superviseur EMDR à Lyon et bénévole pour REA. C'est dans ce cadre qu'il a effectué une mission de 7 jours à Phnom-Penh en janvier pour former des psychologues cambodgiens à cette méthode de traitement des troubles post-traumatiques.

### Maya - Pour bien comprendre l'EMDR, pouvez-vous expliquer ce qu'est un trouble post-traumatique ?

*Dr Contamin* - On parle de troubles post-traumatiques quand il y a un réseau de souvenirs associé au traumatisme qui n'est pas enregistré dans la mémoire de la même façon que les souvenirs ordinaires. Ce réseau est généralement associé à une très forte charge d'émotions et à une mauvaise image de soi. Ces émotions et ce vécu vont être réactivés de temps en temps

quand un événement de la vie courante va évoquer ce traumatisme. C'est l'idée que le traumatisme passé est encore présent et fait obstacle à l'avancée de la personne qui l'a vécu en la parasitant via des flashbacks.

### Qu'est-ce que la méthode EMDR ? Qu'apporte-t-elle dans le traitement du stress post-traumatique ?

C'est une méthode spécifique, scientifiquement validée, pour le traitement des troubles post-traumatiques chez l'adulte comme chez l'enfant. Elle permet d'activer un mécanisme physiologique nécessaire à la "digestion" des souvenirs, c'est-à-dire de déplacer le souvenir traumatique dans une zone où la personne traumatisée peut tolérer la réactivation de l'émotion. On utilise différentes méthodes de régulation émotionnelle, de relaxation, d'expression des émotions puis des stimulations bilatérales alternées (tapping, mouvements des yeux de droite à gauche ...), qui permettront d'atténuer les émotions puis de les réindexer dans le passé.

### Est-ce un exercice plus difficile chez l'enfant ?

Le plus difficile chez l'enfant est de pouvoir établir une relation de confiance. Plus l'enfant est jeune, plus on s'appuie sur ses figures d'attachement : les personnes autour de lui qui lui procurent de la sécurité. Le protocole de groupe, mode sur lequel nous avons beaucoup travaillé au cours de cette formation, permet notamment de s'appuyer sur un réseau de confiance.

### Le fait de transposer cette méthode dans un environnement culturellement différent fut-il un obstacle ?

Il y a des adaptations culturelles nécessaires mais globalement l'EMDR a déjà été transmise dans toutes les cultures du monde notamment via les interventions humanitaires. Il y a eu des formations de praticiens EMDR dispensées par d'autres associations en Thaïlande, en Indonésie, en Chine ou encore en Inde, c'est donc une pratique qui commence à se mettre en place en Asie. Lors de

ma première formation en 2012 (avec REA et l'ONG PSE), je me suis rendu compte de certaines difficultés, notamment celle de pouvoir nommer les émotions par les patients. C'est pourquoi la formation de janvier a eu toute une phase de préparation en protocole de groupe où on a appris aux enfants à nommer leurs émotions en jouant avec des peluches ou des marionnettes et à mimer leurs différentes émotions. La deuxième difficulté était liée au travail avec les dessins car c'est une culture où les gens ont peu l'habitude d'exprimer leur monde intérieur via un dessin. Il y a donc eu un travail préparatoire pour utiliser le dessin comme représentation d'un lieu sûr, d'un endroit où ils se sentent bien et en sécurité.

### Comment s'est déroulée la mission ? Quel suivi post-formation ?

Le principal objectif de cette mission était de former des psychologues de différentes ONG, dont PSE, à la méthode EMDR. La matinée était consacrée à la théorie et à la reprise de quelques exercices de stabilisation émotionnelle et l'après-midi à la pratique des psychologues sur eux-mêmes, puis avec des enfants suivis par des psychologues de PSE. Depuis mon départ, j'ai gardé contact avec les participants mais l'idée était également de se coordonner avec EMDR Cambodge pendant la formation. C'est une association où il y a déjà des superviseurs EMDR cambodgiens qui nous ont aidés durant la formation. L'objectif était qu'ils créent des liens avec les participants pour assurer la supervision sur place après mon départ. C'est essentiel pour que cette pratique s'enracine solidement, Christian Despallières le fondateur de PSE et le Dr Sarath, le responsable médical de l'association, l'ont bien compris et soutiennent cette démarche.

\* eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) : désensibilisation et retraitement par mouvement des yeux

### POUR EN SAVOIR PLUS...

*Pour en savoir plus sur la mission de janvier 2015, rendez-vous sur [www.reasie.fr/nos-missions/notre-action-en-2015/](http://www.reasie.fr/nos-missions/notre-action-en-2015/)*



## En bref...

### ➤ REA s'étend en France grâce à ses premiers correspondants régionaux !

Sam et Olivier, nos correspondants régionaux à Strasbourg, ont organisé en septembre dernier un vide-grenier au profit de REA. Non seulement cette opération a été le premier événement en région au profit de REA, mais il a également permis de récolter près de 370€. Merci à eux !

Notre association cherche à étendre son réseau de correspondants régionaux en France. Toutes les initiatives sont les bienvenues. Nous comptons sur vous !

Retrouvez toutes nos actualités sur [www.reasie.fr](http://www.reasie.fr) ou sur notre page facebook



# En direct du Cambodge...

*Le Nouvel An Khmer* par Sam & Christine



Comme un saut dans le temps, le "Chaul Chhnam Thmey", le nouvel an khmer, littéralement "Entrer dans la nouvelle année" s'est déroulé les 14, 15 et 16 avril 2015, correspondant à l'année 2559 selon le calendrier bouddhique. C'est l'avènement de l'année de la chèvre.

## Les origines...

Suivant les préceptes du brahmanisme (qui suit le calendrier lunaire), les fêtes du nouvel an khmer étaient célébrées fin novembre-début décembre. Pendant la période d'Angkor (9e-13e siècle), apogée de la civilisation khmère, le Grand Roi de l'empire khmer déplaça les célébrations au 5e mois du calendrier lunaire, correspondant au mois d'avril. Période plus propice, la population khmère étant à majorité paysanne, la mi-avril coïncide avec la fin des récoltes, pic de chaleur avant la saison des pluies. Le lancement des trois jours de fêtes est rythmé aux sons des cloches et des gongs qui résonnent dans tout le Royaume.

## Trois jours de festivités

Le 1er jour, *Moha Sangkran*, "la grande marche" en sanskrit, accueille la nouvelle divinité annuelle en charge de la protection de la Terre. La population se presse au marché, nettoie et décore les maisons et prépare de nombreux plats. Les pagodes sont investies afin d'y déposer des offrandes aux bonzes et de brûler des bâtons d'encens, une manière de remercier les divinités pour l'année passée. Dans l'après-midi, l'enceinte de la pagode est envahie par des groupes de jeunes gens. C'est le temps des jeux traditionnels : sorte de ballon prisonnier ou de

jeux de cordes. C'est également l'occasion de rencontres entre filles et garçons.

Le 2e jour, *Voreak Wanabat*, l'accent est mis sur l'adoration et la charité envers les aînés et les plus démunis : pauvres, domestiques... auxquels on présente des offrandes. Sur le sol des pagodes, on observe des monticules de sable : le grand dôme représentant Bouddha, les quatre petits autour, ses principaux disciples. Les jeux traditionnels entre filles et garçons se prolongent, prémices de relations plus pérennes, allant parfois jusqu'au mariage. Dans la soirée, les musiques et danses traditionnelles khmères réunissent petits et grands.

Enfin, le 3e jour, *Thngai Laeung Saka*, marque l'entrée dans la nouvelle année et clôt les festivités. L'eau, élément indispensable à la vie et symbole de purification, rythme ce dernier jour. Les statues de Bouddha sont bénies à la pagode. Dans la rue, la population s'asperge d'eau et libère les oiseaux achetés auparavant au marché. Les fautes passées sont ainsi absoutes et la population entre sereinement dans la nouvelle année.

## A l'origine des célébrations, une légende...

... Issue de croyances d'origine brahmanique. Selon la légende, Preah Prom, le dieu à quatre visages, entendit parler d'un jeune homme reconnu pour son intelligence : Thomabal Komar. Curieux, Preah Prom décida de tester l'intelligence de cet homme avec une devinette : "Quels sont les trois actes qui apportent chance et réussite chaque jour ?" Si le jeune homme parvenait à répondre correcte-

ment à la question, Preah Prom lui offrirait sa tête en guise de récompense.

Incapable d'y répondre, Thomabal Komar s'enfuit méditer sous un arbre où il entendit deux aigles parler de cette devinette pourtant simple. Pour réussir, l'homme doit se laver le visage le matin, prendre une douche dans la journée et se laver les pieds le soir. Thomabal Komar retourna ainsi voir le dieu avec la réponse. Comme promis, le dieu lui offrit sa tête. Or, sur Terre la tête du dieu y détruirait la vie, dans l'eau elle provoquerait l'assèchement des mers et des océans, et dans les airs elle le transformerait en une fournaise géante. La tête du dieu fut alors déposée au Mont Mérou, sur lequel une de ses douze filles descend chaque année pour en prendre soin, protégeant ainsi la Terre de l'apocalypse. Chacune descend sur sa monture, l'un des douze animaux de la mythologie khmère. En 2015, la déesse sera donc accompagnée du Momaë, la chèvre.

Tous les ans en avril, la Grande Pagode du Bois de Vincennes à Paris organise une petite kermesse pour célébrer le nouvel an khmer !

## POUR EN SAVOIR PLUS...

Article complet et photos sur [www.reasie.fr](http://www.reasie.fr), rubrique Actualités

- ❑ **Pour en savoir plus sur Résilience Enfants d'Asie :**  
→ [www.reasie.fr](http://www.reasie.fr)  
→ [www.facebook.com/resilience.enfants.asie](https://www.facebook.com/resilience.enfants.asie)
- ❑ **Vous souhaitez faire un don et/ou devenir adhérent ?**  
→ [www.reasie.fr](http://www.reasie.fr) - Rubrique "Nous aider"  
→ [info@reasie.fr](mailto:info@reasie.fr)
- ❑ **Vous souhaitez rejoindre notre équipe de bénévoles en France ou sur le terrain ?**  
→ [www.reasie.fr](http://www.reasie.fr) - Rubrique "Nous aider"  
→ [benevolat@reasie.fr](mailto:benevolat@reasie.fr)
- ❑ **Journalistes, blogueurs... vous souhaitez en savoir plus sur notre action ?**  
→ [communication@reasie.fr](mailto:communication@reasie.fr)

## Résilience Enfants d'Asie

c/o Impact Développement, 26 rue Brunel, 75017 Paris

Tél : 01 45 72 66 81

