



Le journal de

Télé-Accueil

#50 • 12 | 2024

Bruxelles

Vous voyez ce que je veux dire? • J'ai envie de rien, je ne fais rien... pourtant je vous téléphone • Je n'ai plus d'énergie • À quoi ça sert si vous ne donnez pas de conseil? • Je suis légèrement au bout du rouleau • Tout me dépasse • Je vais très mal • Comment vous dire • Je n'en peux plus • Souffrances insupportables • On veut ma mort • Le vide autour de moi • J'ai besoin de vider mon sac • Bonjour Madame, vous allez bien? • Mon seul pilier dans la vie c'est vous • Vous êtes la seule personne à qui je parle de la journée • Oh là là, ça c'est vraiment une erreur, excusez-moi • Personne ne veut de moi • C'est ça • J'ai cherché de liens • Je me sens un peu seul • Je voudrais vous parler d'un incident qui me turlupine • Ça fait du bien de parler sans être jugé • Que des je t'aime? • Je suis en colère • Madame, j'ai besoin de vous! • Je suis en dépression, je vis seule, donc j'appelle Télé-Accueil • Les erreurs que j'ai faites • J'ai envie de vider mon sac • Je ne me sens pas bien • Personne ne m'aime • Vous êtes occupée ou vous êtes libre pour l'instant? • Je ne sais pas quoi vous dire, j'avais juste envie d'appeler • Il a rendu malade mon cerveau • Cela m'a fait plus de bien que de parler à mon psy... je suis choqué! • C'est vraiment gratuit Télé-Accueil? • Je suis un peu apaisé. Merci. C'est déjà fini? • C'est la fin du monde • T'es une videuse de couilles, toi, hein! • C'est moi qui ai le problème • Le Belgique me répugne • cacacacacacaca... • Mon père me déçoit • Je suis tridant • J'ai des idées noires • J'entends des voix • Je ne suis pas très bien • Tout simplement • On est encore bien en Belgique. J'ai de la chance • "Bonjour" "bonjour" • Quand je ferme les yeux, je ne savais pas où je me trouvais • Allô, Allô je suis là. Allô, moi aussi je suis là • J'ai envie d'être heureux quelque part • Je voudrais une relation avec quelqu'un • Marre de cette société de merde • C'est bien d'avoir quelqu'un de réconforté • Ma mère elle peut crever • Je suis dans un home mais on s'y sent plus seul qu'à la maison • Il y a des voix brutales • Je ne peux pas aller • Ça ne va jamais • Je m'embête • Il y a des vampires d'énergie, je passe mon temps à faire des pansements grâce à vous • Ça m'a aidé • Je m'en sors pas • Il m'a bloqué sur les réseaux • Certains de vos collègues sont comme des robots, pas moyen de parler normalement ici • Marre d'être en manque d'amour • La schizophrénie est une prison • Je fais un petit point sur... • Je vais attendre un peu • Je suis mis de côté • Je sentais que je ne pouvais pas avant... • J'ai croisé mon ex • J'écris sur un forum • J'ai vu une superbe lune lumineuse • J'ai jamais réussi à me faire un ami • Je suis hyper • Je n'ai rien de moi • J'ai échoué à l'échelle • J'ai l'anxiété sociale et j'ai du mal à créer du lien social • Je suis passé par un petit magasin pour un peu parler • J'ai envie d'arrêter de me saboter • Je me sens à plat • Il fait vraiment mauvais aujourd'hui • Je regarde mes pieds, je n'ose pas regarder les gens • Je vous dis un tout grand merci • Je me sens plus léger car j'ai pu le sortir avec les vibrations verbales • Comment ça fonctionne? J'ai besoin de parler à quelqu'un • J'ai besoin de parler un peu avant d'aller dormir • Je suis plus confiance en personne • Merci madame • Qu'est ce que vous feriez vous? • Parler avec vous, ça m'aide à réfléchir avant d'aller chez le médecin • Ça fait beaucoup de bien d'arrêter • Il me touche • Je ne sais plus où j'en suis, c'est compliqué • Ça fait beaucoup de bien d'arrêter • Je n'arrive pas à me retrancher • Quelle je vis • Je suis dépressif à la base • Je me tracasse très vite • On ne m'a jamais à bout de force • Je suis en colère • J'en veux à la terre entière • Je me sens seul • Je suis à bout... • Vous êtes que je m'en va • Je suis en colère • Je n'ai personne à qui parler • Merci de m'avoir aidé • Je n'arrête pas de pleurer • Crever tout seul • Je vais tuer quelqu'un • J'ai l'impression que le noir qui descend sur moi par cran • Je n'arrête pas de pleurer • Crever tout seul • Je vais tuer quelqu'un • J'ai l'impression que les choses sont très compliquées dans ma vie • Et vous? • C'est comme un coup de poignard • Allô, vous m'entendez? • Je voulais vous appeler • On dirait qu'à cause de mes souffrances physiques je ne supporte plus les autres • Je me sens en danger • Je ne suis pas au bout du rouleau • Je retrouve le sourire • Je vous appelle pour votre soutien • Vous voyez ce que je veux dire?

Et parce que la parole ne peut aller beaucoup plus loin, j'écris ce silence qui ira seul ouvrir le chemin.

Pierre Cendors
Minuit en mon silence

SOMMAIRE

- Le discours de Pascal Kayaert
- Quelques mots de représentantes d'autres centres de Télé-Accueil

BIENVENUE

65 ANS FÊTÉS AU THÉÂTRE LE PUBLIC

Voici quelques extraits du mot d'accueil de Pascal Kayaert à la soirée d'anniversaire du 25 novembre au Théâtre Le Public



Nous sommes ravis de vous voir si nombreux, et de vous accueillir dans ce théâtre à l'occasion des 65 ans de Télé-Accueil et de la sortie du livre «Quelqu'un à qui parler».

Ce soir, nous allons entendre celles et ceux qui y ont participé; mais d'abord quelques

mots sur Télé-Accueil, son histoire, sa réalité du moment, ses fondamentaux.

Télé-Accueil est né dans la mouvance des services d'aide par téléphone qui ont vu le jour dans les années 50 en Angleterre. Touché par l'augmentation inquiétante du nombre de suicides de jeunes, un Pasteur



Sur scène, Déborah Dambon, Xavier Deutsch, Kitty Crowther, François Emmanuel, Veronika Mabardi, Virginie Jortay, Geneviève Damas (et hors cadre, Nicole Malinconi et Bérénice De Waen-Gaudissart)



Emmanuel Khérad à l'animation de la soirée

anglican décide de coller un message sur les cabines téléphoniques londonniennes, message où il est écrit : "avant de vous suicider téléphonez-moi". Vous entendez que l'idée n'est pas de prescrire, d'interdire, de juger ou de moraliser... mais bien une invitation à parler à quelqu'un qui écoute. L'idée est arrivée en Belgique via l'exposition universelle de 58. En novembre 1959, il y a donc 65 ans, retentissaient les premiers appels à Télé-Accueil.

En 65 ans bien des choses ont changé : le projet de Télé-Accueil s'est secularisé, ouvert à toutes et à tous. Le nombre d'appels a explosé : 5 340 appels accueillis en 1960, plus de 130.000 appels accueillis en 2023 par l'ensemble des centres francophones. La structure s'est déployée avec la création de 12 postes similaires en Belgique: 5 en Wallonie, un poste en région germanophone en langue allemande et 6 en Flandre.(...)

En 65 ans bien des choses n'ont pas changé : Parler n'est pas simple, c'est même parfois franchement compliqué, et peut-être de plus en plus dans ce contexte où l'agir, la rentabilité prennent le pas sur la rencontre où l'on parle. Mais nous l'entendons au quotidien, si parler est compliqué, ne pas parler c'est souvent pire ! Se faire entendre n'est pas simple, trouver

La soirée à l'occasion des 65 ans de Télé-Accueil Bruxelles était l'occasion de s'ouvrir au monde de la littérature à travers les nouvelles d'auteur.e.s à la plume inspirante. C'était notamment l'opportunité d'aborder la thématique de "Quelqu'un à qui parler" à travers des mots, des paroles et des témoignages, mais cette fois-ci pensés, inventés et couchés sur papier par des personnes externes au service. Par le récit, on peut approcher des réalités diverses de personnes de tous horizons, comme nous pouvons le faire lorsque nous accueillons les appels au bout du fil. La littérature est une façon imagée de pouvoir prendre contact avec la subjectivité de ceux que nous appelons communément les "appelants". Il était également aussi agréable que surprenant de découvrir que chaque auteur partageait sa propre vision de "Quelqu'un à qui parler". Pour un, c'est une histoire de nouveau-né et de prise de conscience du monde, pour un autre, c'est le silence d'un jeune garçon et pour une autre encore ce sont des messages échangés entre une livreuse et un vieil homme seul... Chacun a tissé son récit à travers un univers qui témoignait aussi certainement d'une partie de son propre vécu et de sa sensibilité au monde. Comme le dit le proverbe, c'est la main qui tient la plume qui écrit l'histoire... Et cette soirée littéraire a permis de rappeler le fait qu'il existe autant de façons d'illustrer l'écoute et la parole que d'humains dans le monde.

Nous nous réjouissons d'offrir ce recueil de nouvelles à notre équipe d'écotants et de promouvoir ce nouveau support pour faire éprouver le projet d'accueil et d'écoute de Télé-Accueil vers l'extérieur

Laetitia Fontaine, directrice de Télé-Accueil Liège et Sandrine Techy, attachée de communication

quelqu'un à qui parler semble toujours aussi difficile, et peut-être de plus en plus à l'heure où le numérique et les avancées technologiques sont parfois utilisées pour remplacer la rencontre entre personnes.

Lorsque l'on se penche sur les thèmes d'appels accueillis, on constate bien évidemment que de nouvelles questions émergent dans

le temps. Je pense à titre d'exemple aux années 90 où sont arrivés les appels de personnes touchées, concernées par le HIV, à l'augmentation significative d'appels autour de la santé mentale, à l'influence de l'affaire Dutroux dans les appels ou aux effets des attentats ou de la pandémie COVID.

Au-delà de ces émergences, on

LES MOTS DES APPELANTS POUR TÉMOIGNER

Chaque année, les écotants élisent 8 représentants qui composent le **Comité des Écotants**. Ce comité joue un rôle essentiel en faisant le lien entre les écotants et les membres du staff.

À l'occasion des 65 ans de Télé-Accueil, ce Comité des Écotants a pris une initiative originale pour mettre en lumière celles et ceux qui sont au cœur même de la mission de Télé-Accueil : les **appelants**. Lors de leurs permanences, les écotants ont été invités à noter des mots ou des fragments de phrases prononcés par les appelants. Ces paroles ont ensuite été rassemblées en gardant l'anonymat sur un panneau présent lors de l'anniversaire. Les mots ont été retranscrits tels quels, afin de faire résonner, à travers leurs paroles, la présence de celles et ceux qui appellent le 107.

Ce projet collectif a mobilisé l'ensemble des écotants, reflétant leur engagement et leur travail commun. Vous pouvez également lire ces mots en première page de ce journal.





Yun Mabille, formatrice et Anne Leloup, des éditions Esperluète

constate que la solitude, les difficultés relationnelles, la santé physique et mentale sont les thèmes les plus présents dans les appels et ce depuis 65 ans.

Aujourd'hui encore et toujours, les bénévoles-volontaires constituent un élément essentiel et fondamental du projet de Télé-Accueil. Actuellement, pour l'ensemble des centres francophones, plus de 300 femmes et hommes se relaient nuit et jour pour décrocher un téléphone qui ne cesse jamais de sonner. Trois cents écoutant.es, cela semble beaucoup, il faut savoir que c'est trop peu pour accueillir l'ensemble des appels qui nous arrivent; nous sommes en permanence en recherche de nouveaux écoutants. Des femmes et des hommes qui se forment sans relâche, qui expérimentent au quotidien qu'on



Véronika Mabardi et Geneviève Damas lisent un extrait de la nouvelle de la lauréate du concours

» Ce recueil de nouvelles est un outil très précieux pour mettre en avant le projet de Télé-Accueil. « Quelqu'un à qui parler », de ses tourments, de ses secrets, de ses liens, de son sentiment de solitude, de son histoire familiale, de ses peines, de ses craintes... Plusieurs auteurs belges connus et moins connus qui acceptent de sortir leurs plumes pour parler de ce thème, c'est un très beau cadeau !

Ce livre permettra à de futurs bénévoles de mieux se rendre compte de ce qu'ils pourraient entendre au téléphone et donnera la possibilité à de potentiels appelants, de connaître ce service d'écoute gratuit, accessible 24h sur 24, au numéro 107.

Il pourra également être utilisé comme support pour la formation continue des écoutants, via l'animation de groupes de réflexion centrés sur ces textes.

La soirée d'anniversaire des 65 ans de Télé-Accueil et de présentation de cette œuvre fut très intéressante et conviviale. Chaque auteur a pu exprimer comment ce thème « Quelqu'un qui parle » avait résonné en lui et ce qu'il avait cherché à transmettre dans son écrit. L'envie a été donnée au lecteur de découvrir l'ensemble de ces nouvelles !

Caroline Chevalier, directrice de Télé-Accueil Charleroi

ne s'improvise pas écoutant, qu'on apprend sans cesse à le devenir.

Je profite donc de ce lieu pour remercier chaleureusement les écoutants de Télé-Accueil. En 65 ans, plus de 5.000 citoyens solidaires se sont relayés, témoignant ainsi de leur présence, leur accueil, leur engagement, leur solidarité. Merci à eux sans qui Télé-Accueil n'existerait pas...

En confiant l'écoute à des bénévoles, formés et encadrés par des professionnels, Télé-Accueil soutient que l'accueil, l'écoute et la parole sont l'affaire de tous. Télé-Accueil ne peut donc se limiter à écouter. Il convient également de prendre la parole pour sensibiliser le plus grand nombre à la nécessité d'une écoute et d'une parole possible pour chacun et chacune.



Pauses musicales par Samir Barris

Cette réflexion nous a amenés à sortir de nos terrains de prédilection, à penser à d'autres médias, d'autres voies pour diffuser notre projet.

C'est dans cette perspective qu'à l'occasion des 60 ans de Télé-Accueil, nous avons réalisé une **exposition** en demandant à des artistes photographes, peintres, des arts de la rue, sculpteurs... de réaliser une œuvre

"Quelqu'un à qui parler"

Recueil de nouvelles aux éditions **Esperluète**. Disponible en librairie indépendante

Plus d'info sur Librel.be



originale autour du thème "Quelqu'un à qui parler".

Le **livre** dont nous fêtons la sortie ce soir est un autre support pour diffuser notre projet: un livre voyage, se retrouve dans des bibliothèques, des librairies, sur des tables de nuit, dans des boîtes à livres dans la rue, s'offre, s'échange, se prête... une occasion de sensibiliser le plus grand nombre à la nécessité de maintenir et de créer des espaces de parole multiples, accessibles à tous.

L'anniversaire de Télé-Accueil est une occasion de remercier chaleureusement tous ceux qui participent, ont participé au projet de Télé-Accueil (...)

Merci également aux responsables politiques et administratifs qui depuis si longtemps nous soutiennent activement, ainsi qu'à tous ceux qui, sous une forme ou sous une autre, contribuent à permettre à Télé-Accueil de se réaliser, en particulier les donateurs et nos partenaires du secteur associatif.

Et puisque ce jour est en plus d'une célébration d'anniversaire la sortie du recueil de nouvelles "Quelqu'un à qui parler", je voudrais remercier l'ensemble des personnes qui ont participé à la réalisation de ce livre et qui pour la plupart sont présents ce soir et que vous aurez l'occasion de rencontrer tout à l'heure.

Comme notre nom l'indique, l'accueil est au centre de notre projet raison pour laquelle nous sommes touchés que notre projet de livre ait été accueilli de la sorte par des professionnels aux talents certains. ■



Belle idée que de réunir les plumes d'auteurs sur le thème de l'écoute! C'est toujours enrichissant et intéressant de recevoir et découvrir les résonances des uns et des autres lorsqu'on leur propose le thème "Quelqu'un à qui parler".

Ouvrage à distribuer et disséminer largement en souhaitant qu'il atterrisse dans les mains de personnes multiples qui, nous l'espérons, opéreront un voyage allant de la lecture à la réflexion et résonneront avec leur pratique quotidienne d'écoute et/ou susciteront l'envie de s'engager plus avant dans un projet d'écoute...

Concernant le recrutement et l'utilisation du livre: difficile, à ce stade ci, d'appréhender ce qui retiendra (ou non) l'attention des candidats, il faudrait leur demander à eux (dans quelques temps) en quoi cet ouvrage les a menés au 107. Par contre, parlant de diffusion, je pense utile de le distribuer dans les Centres de Santé Mentale, les autres services d'Ecoute, les bibliothèques d'Ecoles Sup (Assistant Social, Sciences Humaines, Conseiller Conjugal et Familial...) et Facs de Psycho (pourquoi pas les tuteurs de stage des étudiants qui viennent en stage?), politiques (Echevins/Députés aux affaires sociales...)...



Catherine Reinbold, formatrice Télé-Accueil Namur-Brabant Wallon

FAIRE UN DON POUR SOUTENIR TÉLÉ-ACCUEIL

Bien qu'une partie de nos activités soient subsidiées par les pouvoirs publics, nous avons besoin de soutien financier pour fonctionner.

Vous pouvez nous soutenir de différentes manières : don ponctuel, ordre permanent, don à l'occasion d'un événement familial, partenariat avec une entreprise.

**Vos dons atteignent-ils 40 eur pour l'année 2024 ?
Vous pourrez alors bénéficier de la déduction fiscale.**

Notre numéro de compte : **BE75 0012 5446 7351**

**Avantage
fiscal ?**

Merci pour votre générosité !

Attention: depuis le 1^{er} janvier 2024, le Service Public Fédéral des Finances nous impose de mentionner le numéro national des donateurs dans leur attestation fiscale. Nous vous invitons donc à indiquer votre numéro national en communication.

Télé-Accueil Bruxelles

secretariat@tele-accueil.brussels
www.tele-accueil.be/bruxelles
BP 112 Gare du Midi
1060 Bruxelles
Secrétariat : 025384921

SUIVEZ-NOUS



->Télé-Accueil Bruxelles



->tele.accueil.bruxelles



24h/24 (gratuit)



13:00 > 03:00