



LA LUMIÈRE DE LA VIE

COLLECTIF

les fêLÉS du français

RECUEIL DE TEXTES DE **18** AUTEUR-E-S SUR LE THÈME DU BIEN-ÊTRE

Ouafae Abladi, Fatima Achbouk, Pascal Adam, Neriman Akdag, Mariem Akkaoui, Souhaila Amsallak, Hanane Ben Ammar, Farida Boutazakht, Isabelle De Vriendt, Binta Diakite, K. Diallo, S. Diallo, Naomi Dorot, Baghdad El Farri, Nesa Syed Fiazalatun, Nasira Lazhar, Mounia Ouyahia et Samir Rahou

**LA
LUMIÈRE
DE LA VIE**
COLLECTIF
les fêLÉS du français

RECUEIL DE TEXTES DE **18** AUTEUR-E-S SUR LE THÈME DU BIEN-ÊTRE

Ouafae Abladi, Fatima Achbouk, Pascal Adam, Neriman Akdag, Mariem Akkaoui, Souhaila Amsallak, Hanane Ben Ammar, Farida Boutazakht, Isabelle De Vriendt, Binta Diakite, K. Diallo, S. Diallo, Naomi Dorot, Baghdad El Farri, Nesa Syed Fiazalatun, Nasira Lazhar, Mounia Ouyahia et Samir Rahou

QUELQUES MOTS SUR SCRIPTALINEA

La compilation de textes *La lumière de la vie* a été réalisée dans le cadre de l'aisbl ScriptaLinea.

ScriptaLinea se veut un réseau, un soutien et un porte-voix pour toutes les initiatives collectives d'écriture à but socio-artistique, en Belgique et dans le monde. Ces initiatives peuvent se décliner dans différentes expressions linguistiques : français (Collectifs d'écrits), portugais (Coletivos de escrita), espagnol (Colectivos de escritos), néerlandais (Schrijverscollectieven), anglais (Writing Collectives)...

Chaque Collectif d'écrits rassemble un groupe d'écrivant-e-s (reconnu-e-s ou non) désireux de réfléchir ensemble sur le monde qui les entoure. Ce groupe choisit un thème de société que chacun-e éclaire d'un texte littéraire, pour aboutir à une publication collective, outil de sensibilisation et d'interpellation citoyenne et même politique (au sens large du terme) sur la question traitée par le Collectif d'écrits. Une fois l'objectif atteint, le Collectif d'écrits peut accueillir de nouveaux et nouvelles participant-e-s et démarrer un nouveau projet d'écriture.

Les Collectifs d'écrits sont nomades et se réunissent dans des espaces (semi-)publics : centre culturel, association,

Droits d'utilisation

La lumière de la vie du Collectif Les fêlés du français est produit par ScriptaLinea aisbl et mis à disposition selon les termes de la licence *Creative Commons* (texte complet sur www.creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/fr)



ScriptaLinea, 2016.

N° d'entreprise

BE 0503.900.845 RPM Bruxelles

Éditrice responsable

Isabelle De Vriendt

Siège social

Avenue de Monte-Carlo 56

1190 Bruxelles (Belgique)

www.scriptalinea.org

Si vous voulez rejoindre un Collectif d'écrits, contactez-nous via www.collectifsdecrits.org

bibliothèque... Il s'agit en effet, pour le Collectif d'écrits et ses lecteurs, d'élargir les horizons et, globalement, de renforcer le tissu socioculturel d'une région ou d'un quartier, dans une logique non marchande.

Les Collectifs d'écrits se veulent accessibles à ceux et à celles qui veulent stimuler et développer leur plume au travers d'un projet collectif et citoyen, dans un esprit de volontariat et d'entraide. Chaque écrivain-e y est reconnu-e comme expert-e, à partir de son écriture et de sa lecture, et s'inscrit dans une relation d'égal-e à égal-e avec les autres membres du Collectif d'écrits, ouvert-e aux expertises multiples et diverses.

Chaque année, les Collectifs d'écrits d'une même région ou d'un pays se rencontrent pour découvrir leurs spécificités et reconnaître dans les autres parcours d'écriture une approche similaire. Cette démarche, développée au niveau local, vise donc à renforcer les liens entre individus, associations à but social et organismes culturels et artistiques, dans une perspective citoyenne qui favorise le vivre-ensemble et la création littéraire. En 2016, le Collectif Les fêlés du français a ainsi vu le jour au sein de l'asbl SIMA.

Isabelle De Vriendt

Présidente de l'ASBL ScriptaLinea

ScriptaLinea
ASBL





COLLECTIF
Les fêlés du français

PRÉSENTATION

QUELQUES MOTS SUR LE COLLECTIF LES FÊLÉS DU FRANÇAIS

Les dix-huit personnes du groupe qui forme le Collectif Les fêlés du français sont sympas et bien motivées à écrire un livre. Elles apprennent beaucoup de choses, partagent aussi leurs idées, elles aiment travailler ensemble. Elles se retrouvent pour apprendre le français. Dix-huit à écrire sur le bien-être. À s'amuser en classe, entre amis-e-s, avec le prof. Parmi elles, Pascal est celui qui leur donne les cours de français et Isabelle est l'animatrice qui les a aidé-e-s à écrire ce livre.

*Ouafae Abladi, Fatima Achbouk, Pascal Adam,
Neriman Akdag, Mariem Akkaoui, Souhaila Amsallak,
Hanane Ben Ammar, Farida Boutazakht, Isabelle De Vriendt,
Binta Diakite, K. Diallo, S. Diallo, Naomi Dorot,
Baghdad El Farri, Nesa Syed Fiazalatun, Nasira Lazhar,
Mounia Ouyahia et Samir Rahou*

Membres du Collectif Les fêlés du français.



POUR S'Y RETROUVER

- 10 Éditorial
- 13 *Le bonheur*, Ouafae Abladi
- 15 *L'âme sœur*, Nasira Lazhar
- 17 *Prendre du temps*, Binta Diakite
- 19 *Être joyeux*, Mariem Akkaoui
- 21 *Elle était si riche*, Binta Diakite
- 23 *L'espoir de la vie*, Mounia Ouyahia
- 25 *Le rêve de vivre*, Samir Rahou
- 27 *Love Island*, Pascal Adam
- 29 *Mon bonheur avec ma famille*, Souhaila Amsallak
- 31 *Un voyage de bien-être*, Baghdad El Farri

- 33 *La photographie*, Nesa Syed Fiazalatun
- 35 *Points positifs*, Farida Boutazakht
- 37 *La vie est belle*, K. Diallo
- 39 *Elle était belle*, Binta Diakite et S. Diallo
- 41 *Le bonheur dans la nature*, Fatima Achbouk
- 42 *Le respect*, Nasira Lazhar
- 45 *Famille en harmonie*, Hanane Ben Ammar et Mounia Ouyahia
- 45 *QCM*, Pascal Adam
- 47 *Le bien-être*, Naomi Dorot
- 49 *Pour mon bien-être*, S. Diallo
- 50 *Le roi Nivers*, Isabelle De Vriendt
- 55 *Communiquer*, Neriman Akdag
- 57 Les auteur-e-s
- 63 Les lieux traversés
- 67 Remerciements

ÉDITORIAL

Le bien-être, c'est s'occuper de soi-même d'abord, avant les autres, car on ne peut aider autrui si on ne se sent pas bien. Le bien-être se construit en prenant du temps pour soi avec de l'amour, de la paix, des pensées positives, du partage, en faisant preuve de créativité, en s'amusant et en respectant ses besoins. Le bien-être est une santé physique et mentale.

Nous vivons pour trouver le bonheur. Le bonheur, c'est parler la langue du pays dans lequel on vit, se sentir bien dans sa peau, penser de façon positive, simplifier les choses, vivre et profiter du moment présent, réfléchir à ses besoins et ses envies pour éviter le stress, et canaliser sa colère. Car la vie est courte, il faut la vivre pleinement! Construire le bien-être jour après jour...

Être heureux dans la vie, ça veut dire s'aimer soi-même, mais aussi aimer les autres. Créer le bien-être autour de soi, c'est aussi prendre soin de la famille, apporter de l'aide aux proches s'ils en ont besoin, être ouvert aux problèmes des autres. Construire le bien-être avec et pour les autres, mais aussi pour soi. C'est discuter avec eux et essayer de les comprendre, s'écouter, partager les émotions, exprimer les sentiments, partager, des moments de bonheur. Pour le bien-être de tous, il est important de valoriser les talents et de respecter le rythme de chacun.

Pour se sentir bien, oublier le passé, vivre le présent positivement et penser au futur avec un grand espoir. Au présent, prendre le temps de respirer profondément, et se respecter soi-même avant tout...

Le Collectif Les fêlés du français



LE BONHEUR

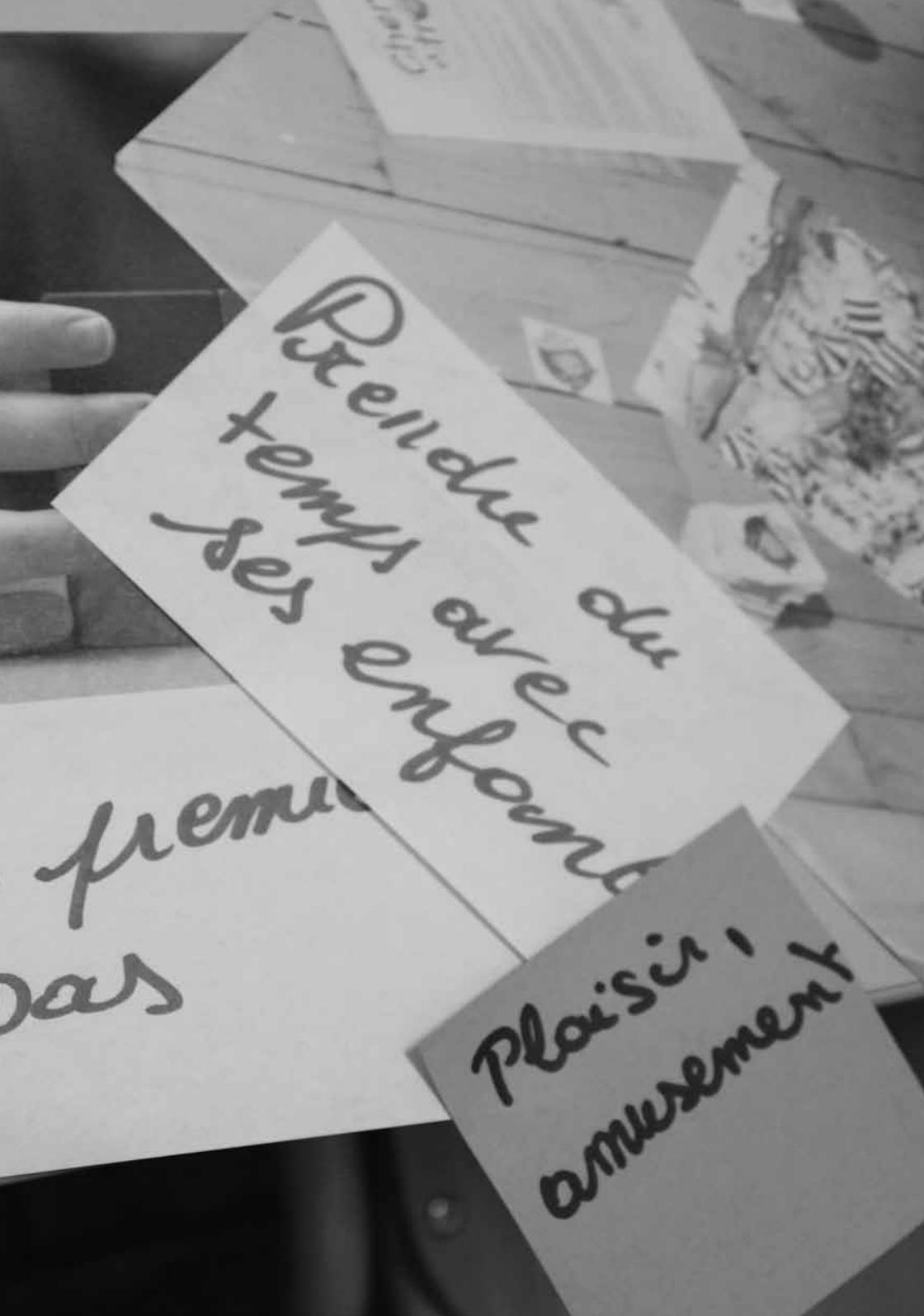
Dans ma vie, j'ai compris que le bonheur
ce n'est pas d'avoir tout ce qu'on veut.

Dans ma vie, j'ai compris qu'il ne faut pas garder la haine.

Je libère mon cœur de la haine,
je libère ma tête des soucis et je vis simplement.

L'ÂME SŒUR

Se promener au bord de la mer.
La lune respire, le ciel soupire.
Faire de beaux rêves,
Que tu aimeras voir se réaliser.
Être avec ton âme sœur.
Tenir sa main sans la lâcher,
Qui te rend heureuse.
Tu comprends seulement
D'un seul regard.
Tu comprends seulement
D'un seul murmure.
Dans ses pensées,
Tu es la reine.
Dans ses yeux,
Tu es la princesse.
L'horizon se dessine, le ciel souligne.
Pour relier les cœurs des âmes-sœurs pour toujours.



Collectif
Les bêtises du français

BINTA DIAKITE

PRENDRE DU TEMPS...

Prendre du temps pour soi-même
Faire ce qu'on veut
Bouger trente minutes par jour
Aller en vacances
Adopter un animal
Prendre du temps pour ses enfants
Être honnête envers soi et envers les gens qui nous entourent
C'est ça, le bien-être et le bonheur.



COLLECTIF
Les fêLÉS du français

MARIEM AKKAOUI

ÊTRE JOYEUX

Pour quelqu'un qui cherche la belle vie,
Il faut être amoureux de soi d'abord
Et aimer les gens
Prendre soin de la famille et passer un bon moment avec eux
Prendre quelques plaisirs comme voyager, manger au restaurant
Faire du sport pour la santé...
Le jour où arrive un problème, il faut bien y réfléchir avant de
décider.
Et tu trouveras le bonheur.

ELLE ÉTAIT SI RICHE...

Elle était si riche mais malheureuse. Elle décida de quitter sa famille pour aller où on ne la connaît pas. Pour elle, c'est le prix à payer pour être heureuse.

Maintenant, elle est si joyeuse, si gentille, si contente avec la nouvelle famille qu'elle a construite. Elle nage dans le bonheur avec sa famille.

Elle s'amuse bien. Elle n'est pas riche mais elle est heureuse, sans stress. Les gens qu'elle rencontre l'aiment pour ce qu'elle est mais pas pour ce qu'elle a.



COLLECTIF
Les fêLÉS du français

MOUNIA OUYAHIA

L'ESPOIR DE LA VIE

Le bien-être

C'est vraiment faire plaisir à soi-même

Vivre loin du stress

Dans la tranquillité

Tu trouves le calme

Bien réfléchir avant de prendre la responsabilité

Respecter les choix des autres

Passer de bons moments avec les plus proches pour être heureux

Avant de dormir, faire un plan du lendemain

Oublier le passé

Et tourner la page.



LE RÊVE DE VIVRE

Je me dis toujours que c'est le destin
Qui nous donne ce qu'il veut.
Bien-être.
Il faut le construire dès le départ mais, parfois, on arrive à être bien
et parfois non.
Tout le monde qui vit sur la terre cherche à être bien.
Ce n'est pas le pouvoir, c'est avec notre cerveau
Qu'on peut arriver.
Avoir une femme qui a un bon caractère, de l'amour de vivre,
créer avec elle un bon ménage, le bonheur est dans le cœur et
avec son enfant.
Le principal est d'avoir une bonne santé,
Accepter de vivre comme on est et avec ce qu'on a.
Parfois, il faut faire avec.
De toute façon, tout le monde disparaîtra...
Qu'on soit bien ou non.



LOVE ISLAND

Sauna, Hammam,
Blotti dans les bras de l'être aimé
Dans la chambre d'un petit hôtel situé
dans la baie de Saint-Tropez
Un mois ou juste une semaine
Pour penser à soi sans s'inquiéter

Balade, bowling
Savourer le plaisir
Tendre accolade, karting
Un amour à laisser fleurir
Rire, chanter
Bronzer, s'amuser
Partir sans revenir

Ivre d'amour
Glamour
Sans discours, déclarer sa flamme
Une âme
À aimer pour toujours



MON BONHEUR AVEC MA FAMILLE

Les endroits que j'aime bien et où je préfère aller avec mon mari, mon fils, et le reste de ma famille, c'est la campagne et la mer. On se prépare le matin pour aller ensemble à l'endroit choisi.

Tous sourient, tous partagent.

À l'arrivée, on s'amuse ensemble, toute la journée jusqu'à ce que le soleil se couche.

Quand ma famille est présente avec moi, je me sens très heureuse.

Parce que j'oublie mes soucis, mes inquiétudes et mes chagrins.

UN VOYAGE DE BIEN-ÊTRE

Le bien être avec la famille.

Il faut partir en voyage dans les Ardennes pour se sentir tranquille, se reposer, changer les idées pour être bien.

Les Ardennes, c'est un endroit excellent et idéal pour faire du ski et jouer sur la neige parce que c'est la saison.

Partager les émotions de soi vers les autres, et partager la foi pour s'aimer.





LA PHOTOGRAPHIE

J'aime bien la photographie.

Je prends le plus de photos de la nature.

Quand je vais en vacances, je prends toujours un appareil photo.

La photographie porte la mémoire.

Parfois, je prends des photos d'anciennes architectures.

Quand je capture un bon scénario: cela me rend vraiment heureuse.

La photographie est une technique qui permet de créer des images sans l'action de la main, par l'action de la lumière.

POINTS POSITIFS

Pour être bien, il faut toujours penser positivement, éviter les problèmes, avoir un bon cœur, aimer les gens, aider la famille si elle en a besoin, passer de bons moments, partir en vacances avec la famille de temps en temps, prendre soin de soi-même, et avoir une bonne santé...

Parce que la vie est courte.



LA VIE EST BELLE...

La vie est belle, surtout quand on est heureuse avec la famille.

Les enfants nous donnent beaucoup de joie même si on est fatigué à cause du travail.

Quand on rentre à la maison, on trouve que c'est bien d'être en famille.

Parfois, on est triste parce qu'on est loin de son pays.

ELLE ÉTAIT TRISTE...

Elle était triste parce que son fils était malade. Elle voudrait faire beaucoup de choses mais ce n'est pas possible parce que la famille est plus importante. Pour elle, alors, chaque soir, elle prend son fils dans ses bras pour se sentir bien.



LE BONHEUR DANS LA NATURE

Le bien-être, pour moi, c'est la santé, la réussite, et le plaisir.

Quand je suis à table avec ma famille, je suis heureuse de la voir réunie et contente.

Je suis heureuse quand je progresse dans la vie.

Je prends beaucoup de plaisir quand je vais nager et quand je fais du vélo.

J'aime me retrouver dans la nature à observer les arbres, et écouter les oiseaux chanter.

Ça, ça fait partie de mon bonheur.

Le bonheur, pour moi, c'est aussi partager des moments harmonieux, où je m'entends bien avec mes amis. Par exemple, aller en vacances et à la mer...

Pour terminer, une petite recette de bonheur :

Les ingrédients sont : 50 g d'amour, 25 g de partage, 10 g de plaisir, 100 g de respect, 10 g d'amitié.

La préparation est très facile : mélanger le tout pour faire un milkshake de bien-être.

LE RESPECT

Les êtres qui se trouvent dans le monde entier sont en relation depuis toujours. Il existe des êtres vivants, ici on parle de gens, de plantes et d'animaux. Il existe aussi des êtres non vivants comme les montagnes, les océans et les étoiles, etc.

Pour vivre heureux en paix et en bonne santé, il faut respecter la nature : ne pas brûler les forêts, ne pas tuer les animaux et ne pas polluer l'environnement... Les plantes et les animaux jouent de grands rôles très positifs au niveau de différents côtés dont l'être humain a besoin : la nourriture, les vêtements, le transport, la médecine... On se soigne grâce à des extraits de plantes médicinales et d'animaux comme le cheval qui contient le sérum antitétanique. Du côté psychique, actuellement le chien est considéré comme un membre de la famille, il vit dans la maison, il hérite de son maître... Le chien a des bénéfices pour les enfants comme pour les adultes, quand ils sont dans une situation très délicate : période de deuil, par exemple.

Par rapport aux gens, chacun a ses idées et ses préférences qui le caractérisent et a aussi sa façon privée de vivre à l'aise... les gens sont différents les uns des autres comme leurs empreintes digitales, oui, on trouve entre eux de petites ressemblances mais pas beaucoup. Les gens ont le droit de vivre en liberté mais

en respectant des limites, c'est-à-dire faire tout ce qu'on veut, s'habiller et manger comme on veut à condition de ne pas faire de mal à soi-même et à autrui. C'est bien de critiquer l'autre et de corriger ses fautes sans faire de reproches. Ne jamais être égoïste, narcissique et autoritaire.

La vie idéale est de respecter, garder, et conserver les bonnes relations qui nous ont reliés dès notre apparition à la nature, aux gens et à nous-mêmes.



QCM

Jour?
Bonheur
Malheur

Soir?
Envie
Ennui

Rêver d'un instant plaisant
Seulement existant trop rarement
Vouloir voir le jour et le soir agréables

Magie ou bon vouloir?
S'asseoir
Discuter
Et s'apaiser

LE BIEN-ÊTRE

Pour bien être dans notre corps, il faut être calme et en bonne santé dans notre vie. On n'a pas besoin de se sentir bien. Il faut avoir la paix avec la famille et tout le monde.

Pour être bien, il faut respecter les gens pour avoir le respect de l'autre.

Pour être bien, on a besoin de calme. Il faut oublier un passé triste, il faut avoir un bon cœur et de la confiance en soi et en notre famille. Quand on fait quelque chose, on doit demander des conseils aux autres et aux gens les plus âgés de la famille.

Pour être bien, il faut, des fois, écouter les plus grands même les plus petits qui ont de l'expérience.

Pour être bien, on ne doit pas rester enfermé, on doit sortir, discuter avec la famille, avec les copains et copines, se promener pour notre bien.

Pour notre bien, la famille est le plus important et elle doit être avec nous.

Il ne faut pas être stressé...



COLLECTIF
LES fÊLÉS du français

S. DIALLO

POUR MON BIEN-ÊTRE

D'abord, je simplifie ma vie. Ensuite, j'écoute mon cœur, je prends soin de moi, je mange équilibré, je me repose, je vais en vacances, je joue avec mes enfants, je dors pendant huit heures par jour. La patience est la clé du bien-être.

LE ROI NIVERS

Il avait à peine 17 ans quand il dut monter sur le trône. Son père avait fait une chute de cheval et avait succombé à ses blessures.

Le jeune roi s'embourbait dans ses nouvelles responsabilités sans avoir le temps d'écouter toute sa tristesse. Il chassa le deuil de son esprit et l'enferma dans son corps. Et son corps ne le laissa plus en paix. Il ne trouva plus le sommeil. Quand, en fin de nuit, il parvenait à s'assoupir, c'étaient les cauchemars qui, très vite, le réveillaient pour le plonger dans le jour.

Le conseiller du roi voyait qu'il dépérissait; il avait tout essayé pour le sortir de ce tourment, rien n'y faisait. Il osa alors demander au roi s'il pensait qu'une autre personne pourrait l'aider. Le jeune roi n'hésita pas: Félicie.

Félicie était la marraine du roi Nivers, la sœur de feu le roi. Le roi Nivers l'admirait pour sa sagesse et son visage qui respirait la douceur et la bonté. Félicie faisait partie de sa famille, et elle partageait son deuil.

C'était une hérésie, à cette époque pourtant proche de la nôtre, de choisir comme conseiller une conseillère. Jamais on n'avait vu ça, depuis les neuf générations de rois qui avaient tracé l'histoire

du pays. Mais le conseiller se soumit à la volonté du roi. Loin de toute rivalité, Félicie proposa de partager avec le conseiller cette tâche en pensant même ouvrir la profession à de nombreux sages et connaisseurs du monde, qu'ils soient hommes ou femmes.

Mais avant tout, Félicie prit le temps de vivre avec son filleul le deuil de son père, et le jeune roi dormit à nouveau d'un sommeil paisible. Avec la mort de son père, il acceptait désormais son nouveau rôle de roi, lui, le seul sujet du royaume qui n'avait pas ouvertement le choix de son avenir.

Le roi Nivers administra le pays du mieux qu'il put, il signait de ses ministres les mesures prises en faveur du développement du royaume.

Après 17 années de règne, le roi décida de recevoir tous les jeunes qui étaient nés l'année de son intronisation. Le premier qu'il reçut s'appelait Victor. Le jeune garçon n'hésita pas à présenter ses doléances au roi.

Victor n'avait aucune idée d'avenir, il n'avait pas en lui le moteur pour se projeter dans sa vie d'adulte. Or, un an plus tard, s'il n'était toujours pas décidé, il devrait s'inscrire au Ministère du Travail qui lui attribuerait une tâche. De cette manière seulement, il pourrait conserver le droit d'être soigné, nourri et logé. Le roi Nivers comprit la souffrance du jeune homme, à se sentir perdu et comme pourchassé par les lois. Dans les audiences qui suivirent, le roi étudia alors en particulier la manière dont chaque jeune se transformait en adulte. Il se rendit compte que le système en place opérait des tris. Les jeunes dans les rangs s'épanouissaient dans leur devenir. Les autres s'apprêtaient à être utilisés, écrasés sous peine d'être exclus. Ce que le roi avait toujours vu comme une

chance, à laquelle lui seul n'avait pas eu droit, la liberté de choisir sa profession, se dépouillait de ses artifices et de ses leurre.

Cela le mit en colère. Il avait fait confiance dans ses ministres, qui avaient pensé au développement du royaume sans se soucier toutefois du bien-être de ses sujets. Il avait envie de jeter toutes ces mesures aux oubliettes. Mais quel système installer à la place ?

Il pensa alors à son propre destin. Roi, il l'était devenu, cela avait pris plusieurs années, et chacun avait été patient. On avait respecté son rythme, son deuil, on l'avait entouré d'aide, le temps qu'il retrouve la paix intérieure et qu'il apprenne son métier.

Un matin, à la Une de tous les journaux, on put lire ceci :

« Par ordre du Roi, dès ce jour, tous les jeunes de 17 ans suivront la même voie, quel que soit leur parcours scolaire, leur sexe, leur origine ou leur milieu.

À son anniversaire, chaque jeune de 17 ans définira son projet d'avenir et transmettra au Ministère du Travail le métier qu'il aura choisi. Le jeune réalisera dans l'année un stage d'une durée d'un mois (4 semaines), de façon à ce qu'il puisse vérifier le bien-fondé de son choix.

À ses 18 ans, le jeune recevra le titre de la profession choisie. Une formation lui sera dispensée, le temps nécessaire de son apprentissage.

Dès 18 ans, toute personne recevra un salaire, identique, dans l'ensemble du royaume. Si un jeune n'a pas réalisé son choix dans le courant de sa 18^e année, il pourra cumuler plusieurs stages pour découvrir différents métiers. Cette formation générale lui permettra dès lors de devenir également conseiller du roi.

Les jeunes qui le souhaitent pourront aussi, à 17 ans ou plus tard, créer leur propre métier et l'exercer après un programme de formation qu'ils fixeront avec un conseiller particulier. »

Pendant des semaines, on ne parla plus que de ça. La population n'était pas préparée à un tel changement ! Mais les jeunes furent tellement enthousiastes que l'ensemble des familles soutint cette nouvelle loi, qui finalement fut appliquée sans résistance.

Aujourd'hui, la mesure a fait tache d'huile et le système a été adopté par de nombreux pays, pour le bonheur de tous les citoyens.



COMMUNIQUER

On doit être bien avec la famille, les enfants ou les collègues et avec le monde.

Par exemple: une personne qui est méchante en face, est souvent méchante. La vie ne fonctionne pas avec la méchanceté.

On doit parler gentiment, parfois donner des idées.

Je pense que dans la vie, nous ne sommes pas éternels.

La vie est comme la bande magnétique d'un film.

MAIS QUI SONT-ILS ?

Ouafae Abladi

Ouafae est d'origine marocaine et elle est arrivée en Belgique en 2009. Elle aime aller à l'école, faire du shopping, cuisiner pendant le week-end, aller au parc avec son fils, et la nature...

Fatima Achbouk

Fatima a 33 ans, elle est d'origine marocaine et est arrivée en Belgique en 2013. Elle a écrit ce texte pour exprimer ses sentiments ressentis quand elle se retrouve dans la nature et qu'elle prend soin d'elle, la réussite et le plaisir.

Pascal Adam

Pascal est né en 1989, attiré par la littérature et l'écriture dès son adolescence, il s'est orienté vers un régendat littéraire en français – français langue étrangère. En 2012, il est devenu formateur au SIMA asbl et y donne cours de français à raison de 20h/semaine aux élèves de niveau A2 – B1.

Neriman Akdag

Neriman est Turque. Elle habite en Belgique depuis 9 ans et elle aime lire et communiquer. Elle vient au SIMA pour apprendre le français. Pour elle, il est intéressant d'apprendre le français en contexte et d'aborder les questions du logement, les droits

et devoirs de chacun, la radio, faire des visites, et de jouer au théâtre...

Mariem Akkaoui

Pour Mariem, l'arrivée en Belgique a été synonyme d'ennui mais cet ennui s'est transformé en plaisir grâce à son intégration. Le bien-être est un plaisir pour tout le monde.

Souhaila Amsallak

Souhaila est mariée et elle a un enfant. Les choses qu'elle aime sont lire des livres et des histoires, visiter différents endroits avec sa famille à la campagne, la mer, la nature... Et c'est pour cela qu'elle a écrit ce texte, « Mon bonheur avec ma famille ».

Hanane Ben Ammar

Hanane a 27 ans, elle est en Belgique depuis neuf ans. Sa langue maternelle est l'arabe. Son objectif est d'améliorer sa maîtrise de la langue française pour exprimer ses pensées.

Farida Boutazakht

Farida a 46 ans, en Belgique depuis 22 ans. Elle a appris le français oralement avec sa famille, sans écrire ni lire. Pour elle, le bien-être, c'est la nature, c'est logique. À la fin de la journée, besoin de calme et de se sentir bien.

Isabelle De Vriendt

Isabelle aime se retrouver en groupe pour échanger, réfléchir, s'amuser, construire. Fonceuse comme un bélier, elle a appris avec le temps à se montrer patiente et à canaliser son énergie au service de ses projets. Elle aime voir naître des relations amicales, un esprit d'accueil et d'ouverture, dans les groupes qu'elle anime et/ou dont elle fait partie.

Binta Diakite

Binta a 25 ans, en Belgique depuis cinq ans, elle a deux enfants. Le bien-être, pour elle, c'est se sentir bien dans son corps et partager ses connaissances.

K. Diallo

K. est Guinéenne, mariée et mère de trois enfants. Elle est arrivée en Belgique en 2012. Son bonheur, c'est sa vie avec ses trois filles. Elle aime les vacances pour profiter de moments avec sa famille. Elle aime apprendre à lire et à écrire pour aider ses enfants dans leurs devoirs.

S. Diallo

S. est Guinéenne, en Belgique depuis cinq ans, elle a un enfant de 17 mois et elle a écrit ce texte car elle aime la nature. Le bien-être explique la nature, la vie, la santé... S. aime être bien dans la vie.

Naomi Dorot

Baghdad El Farri

Baghdad a 54 ans, il est marié et en Belgique depuis 1979. Pour lui, le bien-être, c'est trouver un travail, gagner de l'argent pour nourrir sa famille et partir en vacances à la mer...

Nesa Syed Fiazalatun

Nasira Lazhar

Nasira est Marocaine, en Belgique depuis trois ans. Elle désire apprendre le français écrit et oral. Elle ose, maintenant, s'exprimer. Elle a écrit un poème afin de trouver une fin plus facilement, c'est la difficulté principale qu'elle éprouve pour écrire une histoire.

Mounia Ouyahia

Mounia aime la campagne, son endroit préféré où elle sent le calme et la tranquillité, ses sentiments. Attachée à sa famille et aux bonnes relations, elle n'aime pas les problèmes et tous ceux qui changent le moral. Elle préfère oublier les choses négatives, passer et commencer une nouvelle page. Grâce à cela, elle a écrit un texte sur le bien-être.

Samir Rahou

Samir a 37 ans, de nationalité marocaine, rif pour être précis. Marié, il est en Belgique depuis l'année 2000. Il aime la campagne. Pour lui, le bien-être est le souci de tout le monde...

L'ITINÉRAIRE DU COLLECTIF LES FÊLÉS DU FRANÇAIS

SIMA

www.simaasbl.be

L'asbl SIMA (Service d'Intégration et d'Insertion, Mission Action) est une association d'Éducation Permanente et de Cohésion Sociale créée en 1983. Via une démarche globale et transversale, par un travail de proximité, SIMA vise une participation active de ses usagers à la vie sociale, économique, politique et culturelle en Région Bruxelloise.

Son action est caractérisée par différents axes qui sont structurés chacun par divers secteurs d'activités :

- l'aide à la personne,
- la formation,
- l'École de devoirs,
- l'Éducation Permanente,
- la « Dynamique associative 1001 »,
- les projets ponctuels.

JE SUIS PERDU DANS L'Océan DE L'ATLAS



Dans le groupe FLE Niveau 2, l'asbl SIMA vise également l'autonomie et l'indépendance des participant-e-s via l'apprentissage du permis de conduire et la création de CV et lettre de motivation.

Radio Air Libre
www.radioairlibre.be

Radio Air Libre est une radio socioculturelle reconnue par la Communauté française de Belgique. Sans sponsor et sans publicité, elle est gérée collectivement par ses membres, animatrices et animateurs.

Depuis sa création en 1980, Radio Air Libre existe pour celles et ceux qui trouvent trop souvent porte close dans les médias traditionnels.

Pour conserver sa totale liberté d'expression, Radio Air Libre est complètement indépendante de tout groupe politique ou commercial. Depuis 1980, des centaines de personnes ont assuré l'existence de la radio. La radio y est vue comme un dialogue et non comme un rinçage d'oreilles...

Le Collectif Les fêlés du français a envahi le studio forestois pour une présentation de sa compilation en février 2017, dans l'émission de ScriptaLinea, « Des livres pour dire ».



LE COLLECTIF LES FÊLÉS DU FRANÇAIS ET SCRIPTALINEA REMERCIENT

Merci à Pascal Adam, formateur, à Isabelle De Vriendt, animatrice, et à tou-e-s les participant-e-s (les élèves de la classe FLE A2 – B1) du Collectif pour avoir créé une compilation qui parle du bien-être. Merci au SIMA, le centre de formation, le lieu qui accueille le Collectif. Le Collectif remercie les animateurs-trices du groupe et le SIMA d'avoir organisé l'animation.

Merci aussi à tous ceux et à toutes celles qui, de près ou de loin, ont contribué à la réalisation de cette compilation.



Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles et de la Commission communautaire française, et en collaboration avec l'asbl SIMA



culture.be



Graphisme

Lisa Boxus / inextenso.be

Impression

Imprimerie Jansen

Crédits

L'illustration de la couverture a été réalisée par Hanane Ben Ammar et celle de la 4e de couverture (détail) a été réalisée par Nasira Lazhar.

Les photos reprises dans la compilation ont été réalisées par les membres du Collectif Les fêlés du français.

Le présent exemplaire ne peut être vendu.

Téléchargeable sur www.collectifsdecrets.org

D/2016/13.013/7



Collectifs d'écrits

RÉSEAU D'ÉCRITURES LITTÉRAIRES ET SOCIALES POUR LE BIEN COMMUN

www.collectifsdecrits.org