

### Le Mot de la Présidente

En cette 7<sup>e</sup> année d'existence, l'association pose ses marques par ses actions caritatives reconnues en faveur des familles défavorisées. D'une part, près de 500 boîtes de Noël ont été distribuées depuis 2008!

Nous vous remercions, chers membres d'avoir si activement participé à cette action. Par ailleurs, nous sommes, en permanence, à l'écoute pour des aides ponctuelles et à la demande.

Parallèlement, nous espérons que les conférences organisées peuvent aider nos adhérents à trouver pour eux-mêmes une réponse aux maintes questions qui se posent, que ce soit dans le domaine familial, dans l'éducation des enfants ou face à des questions de société. Nous essayons d'avoir des conférenciers de renom et espérons qu'ils sont à la hauteur de vos attentes. Nous sommes heureuses de constater que nos initiatives attirent de nombreux membres et suscitent de nouvelles adhésions.

### 2011, en bref:

#### Conférences :

##### Les Manipulateurs, comment les démasquer, conférence donnée par Isabelle Nazare-Aga.

« Si vous commencez à douter de tout et surtout de vous même, si vous devenez anxieux, moins authentique, voire dépressif, demandez vous si un " manipulateur " n'en est pas la cause. Un manipulateur pathologique a entre 14 et 30 attitudes bien caractéristiques qui toutes, visent à remplir son vide narcissique en écrasant autrui souvent sous des couverts très sympathiques. Que faire ? Selon Isabelle Nazare-Aga, il faut en parler le plus concrètement possible à son entourage pour qu'il se rende compte de la réalité de la violence subie, montrer au manipulateur que nous ne sommes pas touchés. Il ne pourra donc plus se nourrir de nos émotions, et enfin et surtout, FUIR, puisque le manipulateur, hélas, ne changera jamais. » *Christine van Oldeneel, membre.*

**Peter Koenig : Quel ascendant l'argent a-t-il sur notre existence ?** L'apparition de l'argent a, bien sûr, facilité les échanges commerciaux. A un moment de l'histoire, il est devenu plus simple d'utiliser la monnaie que de poursuivre le troc. Il est intéressant de se rendre compte qu'à partir de la révolution industrielle, quand une forte partie de la population a commencé à travailler en usine, le salaire mensuel offrait des perspectives d'une amélioration de la vie quotidienne. Au fil des années, les temps ont été plus ou moins durs, mais lors des Trente Glorieuses, chacun a vu son quotidien s'améliorer. Tant mieux! Mais, la société de consommation nous pousse par la publicité à penser que plus nous possédons plus nous serons heureux. Réfléchissons y à deux fois nous enjoint Peter Koenig, cette incitation est un leurre. Ne faut-il pas mieux privilégier une vie harmonieuse, détendue et ouverte à l'autre qu'une course au toujours plus qui finalement ne s'arrête jamais ?...Peter Koenig nous pousse à la réflexion : jusqu'à quel point acceptons-nous de ne plus être matérialistes?

#### Formations :

##### Atelier d'information donné par Eléonore de Jonghe la gestion mentale ou comment comprendre et optimiser ses stratégies d'apprentissage.

« Méthode cognitive mise en place par Antoine de la Garanderie (*Tous les enfants peuvent réussir*, Bayard, 1988), la gestion mentale cherche à comprendre et à optimiser les stratégies d'apprentissage. Par un constant mouvement de balancier entre la théorie et la pratique, l'animatrice a bien mis en exergue les différents temps de l'apprentissage et la nécessité de les scinder. Premier temps, la mise en projet. Quel est le but de l'apprentissage ? Quels sont les moyens mis en œuvre ? Quel est l'état de la personne à la lumière de son objectif ? Deuxième temps, la perception. Quelle en est la forme ? Orale, visuelle ou kinesthésique ? Quel en est le contenu ? Troisième temps, le moment clef : l'évocation. Comment la perception existe-t-elle mentalement ? Est-ce que je vois, j'entends ou je (res)sens ? Est-ce moi ou un autre qui fait « revivre » la perception ? La perception s'exprime-t-elle alors en termes de globalité ou de successions ? Quels en sont les paramètres (réalité, codes, liens logiques et inédits) ? Quatrième et dernier temps, la production. Comment trions-nous l'information comprise et/ou mémorisée ? Quelle en est l'application ? Grâce à la scission de ces gestes mentaux, la « pédagogie des

moyens d'apprendre » permet de varier les méthodes d'apprentissage, de comprendre où se situe un éventuel trouble de celui-ci et participe à l'acquisition d'une meilleure confiance en soi. C'est en donnant aux élèves l'intelligence de leurs moyens qu'on leur donne les moyens de leur intelligence. » *Donatienne Dascotte, membre.*

### Teen Star,

Pédagogie d'éducation à la vie affective et à la sexualité, cette année encore une formation a été mise en place, encadrée par Cyrille et Pascaline Callies. Les participants répartis en 2 groupes l'un « filles » de 14 et 15 ans et l'autre « garçons » de 14 à 15 ans nous donnent des échos positifs.

### **Actions sociales :**

**Action Vide-Grenier.** Comme chaque année en mars, nous avons récolté les vêtements dont vous n'aviez plus l'usage et nous les avons déposés à l'association « Pour la Vie Naissante » qui en fait bon usage en les donnant aux familles en difficulté qui se présentent. Nous vous rappelons que des vêtements en bon état et propres facilitent le tri des dames qui les réceptionnent...

**Aide matériel urgent.** Par différentes actions ponctuelles, grâce à vous, nous sommes venus en aide aux associations Femmes en détresse et La Main Tendue.

**Boîtes de Noël :** Cette année, nous avons offert, grâce à votre aide, 201 boîtes, 21 bons cadeaux pour adolescents et 9 sacs pour des femmes démunies. Ces cadeaux ont été répartis aux différentes associations: Pour la Vie Naissante, Alupse Bébé, La Main Tendue, Femmes en détresse, La Société Française de Bienfaisance et au Padre Belmiro. Nous remercions tout particulièrement la Paroisse de la communauté espagnole qui a été très active dans cette action.

### **L'association « Coup de Cœur »:**

**Stemm vun der Strooss:** Fondée en 1996, la Stëmm vun der Strooss agit en faveur de l'intégration sociale et professionnelle de personnes défavorisées. Cette association sans but lucratif est financée par le Ministère de la Santé et travaille en étroite collaboration avec la Croix-Rouge luxembourgeoise. Des sans-abri, des chômeurs, des bénéficiaires du RMG, des ex-détenus, des demandeurs d'asile, des émigrés et des personnes atteintes de troubles psychiques et/ou dépendantes de la drogue, de l'alcool et des médicaments, constituent sa clientèle. A Luxembourg, la Stëmm propose des services : un café-restaurant, un dispensaire médical gratuit, un bimestriel, un local de distribution gratuite de vêtements, un service social et enfin, une agence immobilière sociale. Nombreuses sont les personnes qui, encadrées par les professionnels, effectuent un travail d'utilité publique. Par ailleurs, des bénévoles offrent des cours d'alphabétisation, des visites dans les hôpitaux et à la prison et sont à l'écoute des personnes qui, souvent, souffrent de la solitude et de l'exclusion sociale.

La Femme Contemporaine leur est venue en aide lors du grand froid de janvier par l'apport de vêtements et couvertures.

### **2012, nos projets :**

- Conférence et Séminaire Virginie Tesson, les 5 et 6 mars 2012 :
  - Conférence " Comment favoriser l'estime de soi chez nos enfants"*
  - Deux journées d'atelier les 5 et 6 mars 2012 : " Gérer mes émotions ou comment utiliser mes forces pour construire ma vie"*
- Action vide-Grenier, mars 2012
- AGO, lundi 7 mai 2012.
- Conférence Thierry Janssen : « Le défi positif », le lundi 7 juin 2012.