

## Mot de La Présidente

Chers Membres, Chers Amis,

10 Ans déjà depuis que notre association fut créée avec énormément d'enthousiasme et d'envie de s'impliquer en faveur des autres et de la famille.

Je voudrais tout d'abord remercier très chaleureusement Marie-Françoise Glaesener, notre (ancienne) Présidente et nos Amis qui ont composé notre Comité durant ces 10 ans, amenant notre petite association à réaliser de belles actions pour des personnes dans le besoin ainsi que des conférences sur des sujets variés qui ont rencontré un vrai succès parmi nos membres. C'était un vrai plaisir de travailler ensemble en harmonie! Merci!

La barre est haut placée, mais le Comité actuel fera de son mieux pour continuer à organiser conférences et événements d'intérêt pour vous tous, chers membres, concernant les femmes, maris, jeunes et nos enfants. Nos actions pour soutenir des familles et personnes nécessiteuses commencent à avoir une ampleur respectable grâce à votre précieux soutien et à la bonne collaboration établie avec des écoles et lycées divers autant que certaines communautés. Nous sommes heureuses de continuer à venir en aide et de répondre à toute sollicitation provenant de notre entourage afin d'apporter notre petit grain de solidarité. Grâce à notre esprit d'équipe, nous continuerons à faire le maximum.

Nous vous souhaitons de belles vacances d'été avec vos familles et amis.

## Changement du Conseil d'Administration

**Suite à l'AGO de Mars 2015, voici la composition du nouveau Conseil d'Administration**

Carmen Decalf (Présidente), Marie-Stéphanie Lamarche (Vice-Présidente), Catherine de Jamblinne (Secrétaire), Eléonore de Jonghe (Trésorière), Laurence Hélard, Rosamée de Lacheisserie, Delphine Nievo, Carole de Samucewicz, Christine Voos (Membres).

## Actions Sociales

- **Boîtes de Noël :** En décembre 2014, nous avons reçu de nombreuses boîtes faites et remplies grâce à vous, nos membres, grâce à la coopération du Lion's Club de Moutfort, de la Paroisse Espagnole, du Lycée Vauban, de l'Ecole de Contern, de l'Ecole Française de Luxembourg, de l'Ecole Charlemagne.

Cette année, nous avons donné 314 boîtes, 61 bons et 9 sacs pour les femmes du Foyer de Femmes en Détresse : **384 personnes aidées !**

Ces cadeaux ont été répartis entre différentes associations : Alupse Bébé, Femmes en Détresse, La Main Tendue, Santa Casa da Misericordia du Padre Belmiro, la Société Française de Bienfaisance et l'Office Social de la Ville de Luxembourg.

Nous avons aussi donné des jeux, des jouets, des crayons, des feutres, des bonnets et des écharpes à l'association « Pour La Vie Naissante ».

En chiffres, cela représente: **100 boîtes de plus qu'en 2013 et quasiment 200 de plus qu'en 2008 !!!!**

- **Vide-Grenier :** En 2013, nous avons décidé d'aider les associations au coup par coup selon les demandes qu'elles nous font. C'est plus efficace. Nous avons continué en 2015 avec succès grâce à votre réactivité !

Alupse Bébé nous a demandé un lave-linge pour une famille en difficulté. Grâce à la générosité d'un de nos membres, la semaine suivante, celui-ci a été donné et livré à la famille.

La Santa Casa da Misericordia travaille en étroite collaboration avec une école primaire près de la Gare. Une maîtresse nous a demandé des vêtements pour des enfants de 7, 8 et 10 ans ; une fois de plus, vous avez été très réactifs !

## Conférences

- « **La résilience, comment se reconstruire après un traumatisme** », donnée par Jacques Lecomte en mai 2014. La résilience c'est la reconstruction de la mémoire pour que le vécu soit moins douloureux.
  - La résilience est fondée sur l'association du lien (permettant à la personne d'être reconnue et aimée ; fondement essentiel de la construction de la résilience), de la loi (constituant les repères indispensables) et du sens (résultant du lien et de la loi ; par lequel, le résilient trouvera une direction à sa vie ainsi que le sens de son existence et de sa souffrance).
  - Le critère le plus général de la résilience est l'estime de soi, le bien être.
  - On reconnaît un traumatisé par son perfectionnisme, son autodérision, son relativisme face aux problèmes, son hypersensibilité.
  - Sur l'ensemble des personnes maltraitées, uniquement 5% maltraitent ses enfants, c'est à la fois encore trop mais aussi peu puisque 95% ne le font pas.
- « **Eloge de la lucidité : se défaire des illusions qui empêchent d'être heureux** » donnée par Ilios Kotsou en novembre 2014. Notre but suprême est d'être heureux. Le bonheur ne doit pas être poursuivi comme une chose. La course à l'estime de soi n'apporte pas non plus le bonheur ; mais fréquenter nos inconforts, le favorise. Confronter nos émotions, nous aide à trouver le bonheur. Un des secrets du bonheur est d'apprendre à aimer ce qui est et de choisir où l'on porte notre regard. Le bonheur peut être une manière de marcher. Vivre en cohérence avec soi-même, rend heureux. *Profitons du bonheur, maintenant !*
- « **Accepter et mieux vivre la vieillesse de nos parents** », donnée par le Docteur Raymond Gueibe, en mars 2015. Nous vivons dans un contexte où tout semble nous faire miroiter le mythe de l'éternité, la publicité y contribuant généreusement. La vieillesse n'est pas acceptée dans notre société de consommation ! La mort reste un échec en milieu hospitalier ! Vieillir est considéré comme une maladie !  
Or, le vieillissement est tout simplement la vie qui suit son cours, la vie qui s'éteint... Le corps et le cerveau sont fatigués et s'amenuisent...  
Il est de notre devoir de respecter la personne âgée, même dans sa démence et de la traiter avec dignité dans son intégrité. Accompagner l'être fragilisé, c'est marcher à ses côtés. Bannissons donc tout infantilisme à son égard ! Abstenons-nous des injonctions : « Tenez-vous droits ! Nourrissez-vous correctement ! Marchez ! Bougez !... ». De telles paroles traduisent souvent notre peur face à la mort. Ces attitudes nous rassurent au détriment de la personne âgée à qui elles peuvent faire violence. Soutenons nos parents dans le déclin de leurs capacités par une présence bienveillante. La vieillesse est partie intégrante de la vie. Acceptons-la en la vivant le mieux possible !

**L'assemblée générale ordinaire** s'est déroulée à Luxembourg dans les locaux de la KBL, le 9 mars 2015 dans un climat très convivial et fut suivie d'un cocktail dînatoire. 86 membres y participèrent ou y furent représentés.

***Nous rappelons aux membres, n'ayant pas encore acquitté leur cotisation 2015, de le faire et nous vous remercions de votre soutien.***

**La cotisation annuelle d'un couple est de 50€, celle d'une personne de 40€ à verser sur le compte de La Femme Contemporaine ASBL, CCPL, IBAN LU81 1111 2426 4245 0000**

### **Projets 2015-2016**

- **Conférences:** **Aldo Naouri** (Pédiatre, Ecrivain) donnera une conférence le 13 octobre 2015.  
**Sophie Seale** (Psychanalyste) donnera une conférence en janvier 2016
- **Formation :** **Valérie Polge**, (coach certifié), animera une formation sur « les Talents », en Mars 2016.
- **Boîtes de Noël :** Nous ferons à nouveau appel à vous pour notre traditionnelle Action de Noël.

### **Site internet**

Un site internet est en cours de création. Dès qu'il sera opérationnel, nous vous en communiquerons l'adresse.

### **Association à l'Honneur !**

**La Main Tendue** vient en aide aux enfants et jeunes victimes de violence domestique et/ou d'abus sexuels.

Les enfants et jeunes y trouvent un endroit d'écoute, de soutien et d'aide émotionnelle ou psychologique. Ceux qui ne peuvent plus vivre au sein de leurs familles sont accueillis par La Main Tendue dans un appartement avec une atmosphère la plus familiale possible.

Notre association leur vient en aide tous les ans grâce à nos boîtes de Noël et à des actions ponctuelles, comme des dons de vêtements ou d'ameublement.

Le 10 octobre prochain La Main Tendue fêtera ses 10 ans d'existence.

Bravo, quel beau parcours !

À cette occasion, La Femme Contemporaine confirmera son appui et réalisera **un don de 1.000€**, geste pour marquer notre solidarité et célébrer, à notre façon, **l'année européenne de développement**.