

Ma fiche vivante

Un format de présence — pour ceux qui accompagnent sans avoir toutes les réponses.

À remplir à chaud, sans polir. Cette fiche n'est pas une fiche de compétences — c'est une façon de se présenter à hauteur d'humain, dans ce qu'on traverse vraiment. Elle peut circuler vers des gens qui cherchent la même chose, sans le savoir encore.

Ce que je fais

le concret, pas le titre — l'acte, pas la fonction

| ex. « J'écoute, accueille et accompagne des gens qui ne savent plus comment se lire »

J'écoute, accueille et accompagne du mieux que je peux des personnes qui ne savent plus comment se lire.

Ce qui m'anime en ce moment

vivant, daté — ce qui occupe la pensée cette semaine, ce mois

| ex. « En ce moment je lis... / je tente... / je bute sur... / je cherche comment... »

1er avril 2026 : contribuer à la communauté locale avec ce que je sais faire et aime faire. Rencontrer, écouter, soutenir, partager.

Ce que j'ai traversé qui compte

une trace, pas une biographie — l'événement qui a modifié la façon d'accompagner

| ex. « Un épuisement, une rencontre décisive, un échec formateur, une période de doute qui a tout changé... »

Un burn-out alors que j'étais médecin. Je l'ai vécu de l'intérieur. Maintenant j'accompagne ceux qui le traversent avec compassion.

Ce que je cherche que je n'ai pas

honnête, précis — une personne, un contexte, une expérience

ex. « Des gens qui travaillent avec les jeunes autrement — pas pour les recadrer, pour les relier à eux-mêmes »

Un réseau de personnalités diverses (artistes, sociologues, soignants, parents...) qui souhaitent contribuer et co-crée en vue d'une communauté équitable, libre, sereine et soutenante.

Une question que je porte

ouverte, sans réponse — la vraie, pas la présentable

ex. « Comment être présent pour un jeune sans prétendre avoir les réponses qu'il cherche ? »

Est-ce que ce qui relie des gens très différents peut tenir sans institution qui le porte ?

Un seuil de contact

comment et à quel rythme — ce que vous acceptez, ce que vous protégez

ex. « Premier contact par mail. Déplacement possible à 70 km. Disponible une fois les deux mois en présentiel. »

Premier contact par mail. Déplacement occasionnels possibles à 70 km autour de Sanguinet. Disponible une fois tous les deux mois en présentiel sur des demi-journées. Joignable par mail (et téléphone si nécessaire) dans l'intervalle.

Cette fiche est à vous. Vous pouvez la modifier, l'envoyer à qui vous voulez.

Format libre — à partager sans demander permission.