



RAPPORT D'ACTIVITES

2019

Rédigé par Mme Jeanne d'Arc KONG-NDES

SOMMAIRE



I. PRÉSENTATION DE L'ASSOCIATION

- I.1- ASAFAC : Création P. 4
- I.2- ASAFAC : But, Champs d'actions et valeurs P. 5
- I.3- L'ASAFAC, en quelques actions P. 6-9

II. ACTIVITÉS

- II.1- Journée mondiale contre le cancer.. P. 11-13
- II.2- Nouveau logo P. 14-15
- II.3- Journée internationale des droits des Femmes P. 16-23
- II.4- Campagne de sensibilisation « Un jour, un message P. 24-28
- II.5- Journée de la Femme Gabonaise P. 29-31
- II.6- Séminaire de formation P. 32-33
- II.7- ASAFAC à la BBC Africa P. 34-36
- II.8- Fête des mères P. 37-41
- II.9- Gabon 9 Provinces P. 42-43

- II.10- Journée Nationale du Drapeau P. 44-45
- II.11- Octobre Rose : # SHAKE Contre le cancer, il faut se bouger P. 46-52
- II.12- Octobre Rose : ASAFAC à OLAM GSEZ P. 53-55
- II.13- ASAFAC à la Maison d'Alice P. 56-60
- II.14- Marathon du Gabon P. 61-63
- II.15- Noël pour Tous P. 64-68

REMERCIEMENTS..... P. 69

I. PRÉSENTATION DE L'ASSOCIATION

Suivez nos activités



Sur le compte Facebook de l'Association : [@asafac.asso](https://www.facebook.com/asafac.asso)

I.1 ASAFAC : Création



ASAFAC est l'association pour le soutien et l'aide aux femmes atteintes du cancer, dirigée par Madame Jeanne d'Arc KONG-NDES.

Objectifs de l'association :

- Sensibiliser la population.
- Accompagner psychologiquement les femmes malades.
- Améliorer le quotidien des malades et de leurs proches.

Les bénéficiaires de l'aide de l'ASAFAC :

- Les femmes atteintes du cancer.
- Les malades en rémission.
- Les proches, conjoints et enfants de malades.

Octobre 2016 : Création ASAFAC France
RNA : W772005168 - Siret : 823 373 493 00019
J. O du 29 octobre 2016, n° 1568
WhatsApp: +33622439413

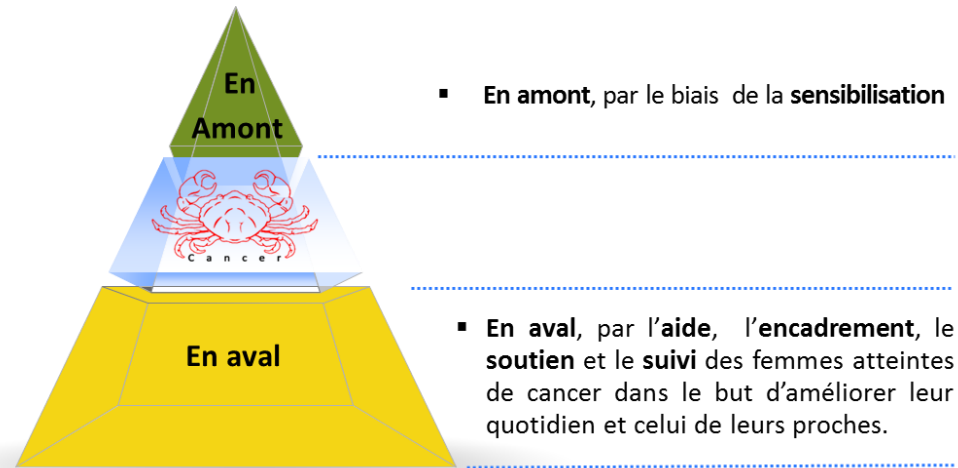
Mars 2017 : Création ASAFAC Gabon
Lancement officiel des activités : Juin 2017
Siège : Haut de Gué Gué
+241 74 96 32 27 | +241 62 30 78 27

N° Récépissé définitif : 355/MISDDL/SG
Pour en savoir plus :

 @asafac.asso

I.2 ASAFAC : But, Champs d’actions et Valeurs

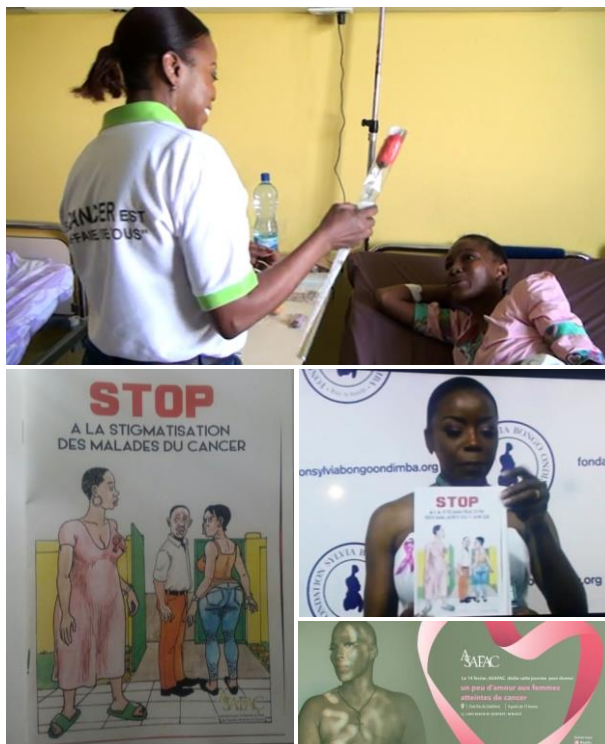
ASAFAC œuvre en amont et en aval du cancer, dans le strict respect de ses valeurs : Responsabilité, Respect, Solidarité



Les actions d’ASAFAC sont contenues dans son nom :



I.3 ASAFAC en quelques actions



Campagne Saint-Valentin :

Distribution des « kits St Valentin » aux malades hospitalisés à l'Institut de Cancérologie de Libreville (ICL) en guise de témoignage d'amour.

Stop à la stigmatisation des malades du cancer :

Réalisation d'une bande-dessinée qui dénonce, sans tabou, la stigmatisation au Gabon des femmes atteintes du cancer.

Rencontres & Soutien psychologique :

Les membres de l'association apportent un soutien psychologique régulier aux malades hospitalisés ou à domicile.

Aides :

L'ASAFAC apporte régulièrement des aides matérielles et financières grâce à la participation de donateurs engagés.



I.4 | ASAFAC en quelques actions



ASAFAC est l'association pour le soutien et l'aide aux femmes atteintes du cancer, dirigée par Madame Jeanne d'Arc KONG-NDES.

Objectifs de l'association :

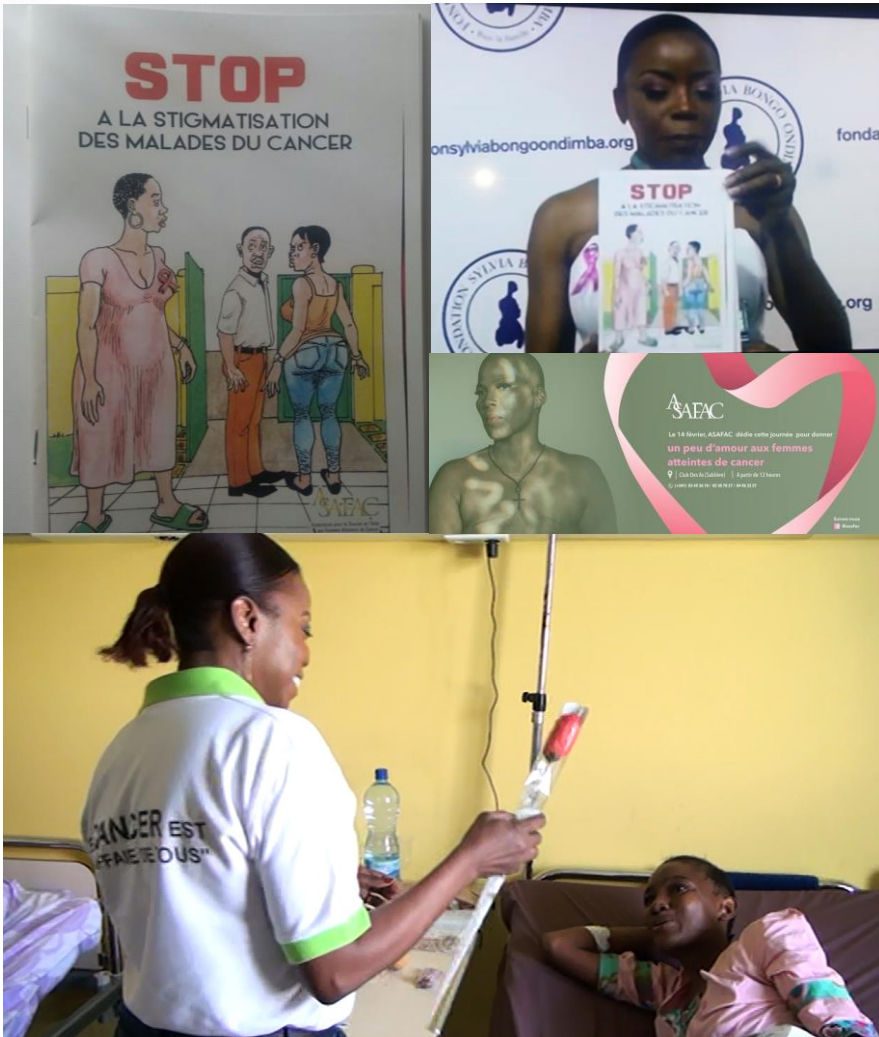
- Améliorer le quotidien des malades et leurs proches.
- Accompagner psychologiquement les femmes malades.
- Sensibiliser la population.

Les bénéficiaires de l'aide de l'ASAFAC :

- Les femmes atteintes du cancer
- Les proches, conjoints et enfants de malades.
- Les malades en rémission.

Pour en savoir plus :  [asafac.asso1617/](https://www.facebook.com/asafac.asso1617/)

I.5 ASAFAC en quelques actions



Campagne Saint-Valentin :

Distribution des « kits St Valentin » aux malades hospitalisés à l'Institut de Cancérologie de Libreville (ICL) en guise de témoignage d'amour.

Stop à la stigmatisation des malades du cancer :

Réalisation d'une bande-dessinée qui dénonce sans tabou la Stigmatisation des femmes atteintes du cancer.

Des rencontres :

Les membres apportent un soutien psychologique régulier aux malades hospitalisés et à domicile.

Des aides :

L'ASAFAC apporte régulièrement des aides matérielles et financières grâce à la participation de donateurs engagés.

I.6 ASAFAC en quelques actions



Campagne Octobre Rose 2018 :

Réalisation d'un dépliant mettant en avant les gestes de palpation du sein.

Des sensibilisations :

Des campagnes de sensibilisation de masse dans les églises, universités, lycées, bord de mer, entreprises et grands axes des différentes communes en compagnie des femmes en phase de rémission

Des témoignages :

D'anciennes malades travaillant bénévolement et témoignant de leur expérience lors de grandes rencontres.

II. LES ACTIVITÉS

Suivez nos activités



Sur le compte Facebook de l'Association : [@asafac.asso](https://www.facebook.com/asafac.asso)

II.1

JOURNÉE MONDIALE CONTRE LE CANCER



Date : 04 février 2019

Lieu : FSBO/Maison d'Alice - Libreville (Gabon)

II.1. 1- JOURNÉE MONDIALE CONTRE LE CANCER



Le lundi 04 février 2019, dans le cadre de la Journée mondiale contre le cancer, s'est tenue à la Maison d'Alice, une conférence-débats initiée par la Fondation Sylvia Bongo Ondimba pour la famille (FSBO).

Cette conférence qui avait en toile de fonds, la lutte contre le cancer au Gabon, a vu la participation de plusieurs intervenants à l'instar du Dr Sibdou Ghislaine CONOMBO KAFANDO, représentant de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) au Gabon et du Pr Ernest BELEMBAOGO, directeur de l'Institut de Cancérologie du Gabon (ICL)

Points clés :

Après avoir présenté la situation du cancer au Gabon, les participants ont rappelé l'importance de la sensibilisation qui devrait être adaptée aux réalités culturelles du Gabon. Ils ont, par ailleurs, insisté sur l'urgence d'une meilleure prise en charge des aspects liés à cette maladie.

II.1. 2- JOURNÉE MONDIALE CONTRE LE CANCER



L'association **ASAFAC**, invitée à prendre part à cette conférence, était représentée par sa présidente, **Jeanne d'Arc KONG-NDES**.

Les personnes présentes à cet évènement, ont été éduquées par les experts lors des interventions et des échanges, sur la situation du cancer au Gabon et de la nécessité de maintenir l'effort de sensibilisation.

II.2

NOUVEAU LOGO



Date : 06 février 2019

Lieu : Page Facebook de l'association

II.2. 1- NOUVELLE IDENTITÉ VISUELLE



Le 06 février 2019, l'association ASAFAC a présenté son nouveau logo sur sa page Facebook : [asafac.asso1617/](https://www.facebook.com/asafac.asso1617/)

L'identité visuelle de l'association a été revisitée afin d'être au plus près des valeurs de l'ASAFAC : l'amour, qui caractérise les fondements même de cette association.

II.3

JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES



Ensemble, pour **l'autonomisation**
des femmes atteintes du cancer

Dates : 08 et 09 mars 2019

Lieu : Carrefour Boulevard Bessieux - Libreville (Gabon)

Objet : Exposition-vente

II.3. 1- JUSTIFICATION DU PROJET



Constat :

- ❑ De nombreuses femmes malades ou en rémission abandonnent leurs traitements, faute de moyens financiers
- ❑ Les femmes malades de cancer font face à une vulnérabilité sociale chronique
- ❑ Le nombre de femmes fragilisées par la maladie et en difficulté financière est en constante augmentation
- ❑ Après un long travail psychologique visant à amener les femmes à reprendre goût à la vie, à faire des projets, à rêver d'un lendemain meilleur, nous parvenons à faire émerger en elles, une volonté de réinvestissement dans la vie socio-professionnelle
- ❑ Ces femmes possèdent un grand potentiel mis en veille ou ignoré à cause de la maladie

C'est fort de ce constat, que notre association met un **accent particulier, pour l'année 2019, sur les actions visant à promouvoir l'autonomisation économique de ces femmes** qui se battent au quotidien, aussi bien contre la maladie que toutes formes d'inégalités liées à leur statut.

II.3. 2- OBJECTIFS



- Autonomiser les femmes malades du cancer
- Sensibiliser les femmes sur leurs potentiels
- Lutter contre la discrimination et la stigmatisation des femmes malades de cancer
- Lutter contre les inégalités sociales, la pauvreté et l'exclusion
- Aider et encourager les femmes à préserver leur dignité, malgré les difficultés
- Encourager les femmes à apprendre un métier adapté à leur nouveau statut
- Les aider à trouver/retrouver une activité génératrice de revenu
- Encourager les femmes à l'entrepreneuriat

OBJECTIF MAJEUR :

Améliorer la qualité de vie des malades en leur permettant d'accéder à une activité génératrice de revenu

II.3. 3- ACTIONS DES 2 JOURNÉES



EXPOSITIONS & VENTES

Des produits découlant du travail des femmes de l'association ASAFAC

Objectifs :

- Faire la promotion du savoir-faire artisanal, agricole, etc des femmes atteintes de cancer.
- Permettre à ces femmes de réaliser des ventes conséquentes et de faire connaître leurs produits et compétences.

II.3.



4- REPORTAGE PHOTOS



II.3. 5- REPORTAGE PHOTOS



II.3. 6- CAPTURE ÉCRAN REPORTAGE TÉLÉ



II.3.



7- BILAN DES EXPOSITIONS-VENTES

1

BILAN GLOBAL

- ✓ Bilan satisfaisant, dans l'ensemble
- ✓ Malgré le manque d'animation et de communication sur l'évènement, nous avons vu arriver un public venu nous encourager le 2^{ème} jour.

2

VENTES

- ✓ Bien que n'ayant pas réussi à écouler la totalité de leur production, les femmes ont globalement, **vendu plus d'un tiers** de leur stock.
- ✓ Prises individuellement, certaines femmes ont écoulé la totalité de leur stock, sur les 2 jours.

3

CONTACTS

- ✓ Plusieurs contacts échangés.
- ✓ Des partenariats tissés
- ✓ De nouveaux adhérents : bénévoles et membres actifs
- ✓ Des commandes fermes ont été passées.

II.4

CAMPAGNE DE SENSIBILISATION « Un jour, un message »



Date démarrage : 10 mars 2019

Lieu : Page Facebook de l'association

II.4. 1- « Un jour, un message »



« Un jour, un message » est une publication journalière Facebook pour une conscientisation sur le cancer.

Le but de cette campagne est d'amener tout un chacun, malade ou non, personnel de santé, etc, à modifier leurs attitudes et modes de pensée sur le cancer et les personnes qui en sont atteintes.

II.4. 2- Un jour, un message





II.4. 4- Un jour, un message



Les t-shirt sont disponibles à la vente au siège de l'association.
Pour toute commande, veuillez nous contacter au +241 04 96 32 27 | +241 02 30 78 27

II.5

JOURNÉES DE LA FEMME GABONAISE



Dates et lieux :

16 & 17 avril 2019 : Immeuble Arambo - Libreville (Gabon)

18 au 20 avril 2019 : L'Oasis des Princes - Angondjé - Libreville (Gabon)

II.5.

1- EXPOSITION-VENTE IMMEUBLE ARAMBO



II.5. 2- EXPOSITION-VENTE OASIS DES PRINCES



II.6

SÉMINAIRE DE FORMATION



Date : Du 23 au 25 avril 2019

Lieu : Immeuble GML - Libreville (Gabon)

II.6. 1- SÉMINAIRE DE FORMATION



« COMMENT CRÉER ET FINANCER MON IDÉE PROJET ? »

Les 23, 24 et 25 avril 2019, à l'immeuble GML, ASAFAC a pris part à une cession de formation sur la gestion de projets, organisée par l'ONG Femme Belle et le Cabinet Deloitte

Objectif :

- Enseigner aux participants les mécanismes de création et financement de projets d'entreprise afin de les aider à s'autonomiser.

II.7

ASAFAC À LA BBC AFRICA



Date : 12-18 mai 2019

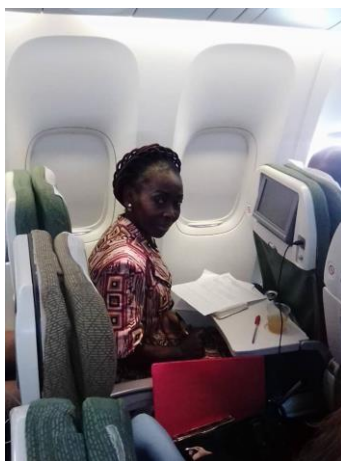
Lieu : BBC Nairobi (Kenya)

II.7. 1- « LA FORCE DES MOTS »



Dans le cadre de l'enregistrement d'une émission : "La force des mots", produite par la BBC Afrique, Mme Mathilde BILOGHE BI-NDONG, ambassadrice De l'association ASAFAC, a effectué un voyage, le dimanche 12 mai 2019, à destination de Nairobi au KENYA, lieu d'enregistrement de cette émission.

Ce programme sur la santé, a permis à Mathilde de témoigner sur le cancer du sein.



II.7. 2- « LA FORCE DES MOTS »



La vidéo de cette émission est disponible et visionnable à partir du lien suivant :

<https://www.youtube.com/watch?v=n6hJpUon9WA>

Merci à la BBC pour toutes les dispositions mises en place pour rendre le séjour de Mathilde agréable.



II.8

FÊTE DES MÈRES

L'ONG Femme Belle, les Chirurgiens de l'Espoir et l'association Asafac s'unissent pour la

Fête des Mères

CHEZ LES FEMMES COMMERÇANTES DU MARCHÉ D'AVORBAM

📅 sam. 25 mai 2019 de 9h00 à 15h00

Aidez-nous!
Et si vous viviez l'aventure avec nous en offrant une trousse de toilette à une femme ou un don de votre choix?

AU PROGRAMME :

- Consultation médicale gratuite
- Sensibilisation du cancer du sein et du col de l'utérus
- Relooking
- Distribution de vêtements
- Coaching et motivation

SOUTENEZ MAMAN DENISE K ATTEINTE DE L'ÉLÉPHANTIASIS EN ENVOYANT VOTRE DON AU 04051613 VIA AIRTEL MONEY OU FAITES UN GESTE DANS LA CAISSE DE L'ESPOIR À PRIX IMPORT DAKALA.

📞 04 05 16 13 ✉ contact@ongfemmebelle.org 📌 Femme belle

Date : 25 mai 2019

Lieu : Marché d'Avorbam (Akanda)

II.8. 1- SENSIBILISATION AU MARCHÉ D'AKANDA

Samedi 25 mai 2019, à l'occasion de la Fête des mères, les associations ASAFAC, les Chirugiens de l'espoir et l'ONG Femme Belle à l'intérieur et à l'extérieur se sont unies pour célébrer cet événement au marché d'Avorbam, habitées par un objectif commun fondé sur l'amour du prochain: la restauration physique et psychologique de l'AUTRE.

Pour l'association ASAFAC, cette journée a été l'occasion de sensibiliser les mères sur les cancers en général, avec un accent particulier sur les cancers féminins dont le cancer du sein et celui du col de l'utérus. Le but visé par cette sensibilisation était d'inciter ces femmes au dépistage précoce, afin de les préserver, parce qu'elles sont « LA MATRICE ». Pour l'occasion, Miss Ronde, étudiante en 2ème année de médecine, a apporté sa contribution sur le cancer du col de l'utérus. Par ailleurs, les témoignages des femmes de l'association ASAFAC ont édifié le public et scellé toutes ces interventions..

En ce qui concerne les Chirugiens de l'espoir, préserver la santé de ces mamans du marché d'Avorbam, par le biais de consultations gratuites avec distribution des médicaments, a été son leitmotiv à l'occasion de cet événement. Alors que l'ONG Femmes belles à l'intérieur et à l'extérieur a offert des séances de maquillage, coiffure, distribution de vêtements et kits beauté, pour valoriser l'image de ces mères.





II.8. 2- BILAN DE LA JOURNÉE

Au terme de cette journée, ce sont **plus d'une soixantaine de femmes** qui ont pu être prises en charge par des personnes de cœur, des personnes bienveillantes qui cherchent, à leur manière, à rendre le monde meilleur.



Merci à toutes les mères du marché d'Avorbam de nous avoir donné l'occasion d'exprimer notre « belle ambition »

II.9

GABON 9 PROVINCES



Dates : 10 août 2019

Lieux : Boulevard Bessieux - Libreville (Gabon)

II.9. 1- GABON 9 PROVINCES : EXPOSITION-VENTES

L'association ASAFAC a participé à la 3ième édition de "Gabon 9 provinces" à travers une exposition vente de bijoux et autres accessoires afin de collecter des fonds pour financer ses projets.

Nous avons eu l'honneur d'être interviewé par la chaîne Youtube "**Le blog d'Alice**" pour parler brièvement de notre cause.

<https://www.youtube.com/watch?v=qpjdDVr0VCQ>

II.10

JOURNÉE NATIONALE DU DRAPEAU



Dates : 9 août 2019

Lieu : Place de l'indépendance- Libreville (Gabon)

II.10. 1- JOURNEE NATIONALE DU DRAPEAU

La 10e cérémonie de la "Journée Nationale du Drapeau" a été célébrée le 9 août 2019, à la Place de l'indépendance de Libreville. Le thème retenu cette année : **Éthique, Conscience Patriotique et Construction Nationale**. ASAFAC y a pris part, invitée par le **Ministre de la Culture, des sports, chargé de la jeunesse et de la vie associative, Monsieur Franck Nguema** ; de m'avoir, en qualité de **Présidente de l'association ASAFAC**.

Merci à Monsieur le Ministre pour cette invitation, symbole de reconnaissance de l'Etat, pour le travail effectué par notre association sur le terrain.



II.11- OCTOBRE ROSE

#SHAKE : Contre le cancer, il faut se bouger



Date démarrage : 12 octobre 2019
Lieu : Gymnase Prytanée Militaire - Libreville (GABON)

II.11. 1- CAMPAGNE OCTOBRE ROSE

On ne peut empêcher la survenue d'un cancer. La prévention et le dépistage restent les moyens les plus efficaces de lutte contre le cancer. C'est dans cette optique que l'association ASAFAC a lancé sa campagne de sensibilisation Octobre Rose en partenariat avec la Ligue de Taekwondo de l'Estuaire.

Au programme :

- Sensibilisation
- Dépistage du cancer du sein
- Tournois de taekwondo
- Remise de trophées aux vainqueurs
- Remise des attestations aux participants

Nous tenons à exprimer notre reconnaissance et notre gratitude au Ministre de la Santé qui, malgré son agenda très chargé, nous a fait l'honneur de répondre présent à notre invitation et ainsi donner un regard particulier à cet événement.

II.11. 2- CAMPAGNE OCTOBRE ROSE : LES SPORTIFS



II.11. 3- CAMPAGNE OCTOBRE ROSE : LES COMBATS



II.11. 4- LE DÉPISTAGE / REMISE DE PROTHÈSES MAMMAIRES/CAPILLAIRES



II.11. 5- LES INTERVENTIONS



aux femmes atteintes du cancer



II.11. 6- REMISE DES TROPHÉES



II.12- OCTOBRE ROSE ASAFAC À OLAM GSEZ



Date démarrage : 17 octobre 2019
Lieu : OLAM

II.12. 1- SENSIBILISATION À OLAM GSEZ

Date : 17 octobre 2019

Lieu : Entreprise OLAM GSEZ

Les employés de GSEZ Gabon Special Economic Zone ont reçu des médecins, des patientes de l'association ASAFAC et de la Fondation Sylvia Bongo Ondimba pour la famille, afin d'échanger sur les cancers féminins.

Moments d'intense partage et d'édification.



II.12. 1- SENSIBILISATION À OLAM GSEZ

Date : 17 octobre 2019 - Lieu : Entreprise OLAM GSEZ

Les employés de GSEZ Gabon Special Economic Zone ont reçu des médecins, des patientes de l'association ASAFAC et de la Fondation Sylvia Bongo Ondimba pour la famille, afin d'échanger sur les cancers féminins.

Moments d'intense partage et d'édification.



II-13

ASAFAC À LA MAISON D'ALICE



Date : 26 octobre 2019

Lieux : Maison d'Alice (FSBO)

II.13. 1- ATELIER D'ART THÉRAPIE

Le samedi 26 octobre 2019, les membres-patients de l'association ASAFAC et les pensionnaires de la Maison d'Alice, de la Fondation Sylvia Bongo Ondimba pour la Famille (FSBO) se sont retrouvés à la Maison d'Alice, dans le cadre d'un atelier d'art thérapie dont le dessin et l'écriture ont constitué les principales activités du jour.

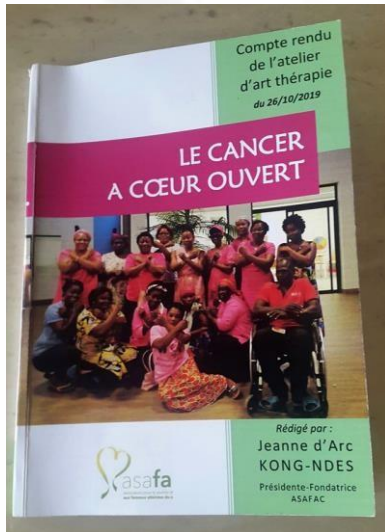
Les participants à cet atelier ont un dénominateur commun : le cancer. Certains en sont atteints ou en ont souffert, d'autres sont des parents de malades ; la dernière catégorie est celle du personnel d'encadrement des malades.

En fait, ma préoccupation principale étant de faire participer toutes les personnes présentes dans une atmosphère de convivialité et de confiance, il était donc important pour moi de démontrer que nos histoires et nos vécus avec le cancer constituent le point commun entre les personnes réunies dans le cadre de cet atelier.

Le but de l'atelier : libérer la parole, faire prendre conscience aux malades qu'il est possible de mener une "vie normale", malgré la maladie et surtout de dépasser ses limites.

Pour ce dernier point, il leur a été indiqué qu'à l'issue de l'atelier un compte rendu exhaustif, sans filtres, de leur travail sera rédigé, et que chaque patient aurait ainsi la satisfaction d'avoir participé à l'élaboration de l'ouvrage.

II.13. 2- ATELIER D'ART THÉRAPIE : REPORTAGE PHOTOS



II.13. 3- ATELIER D'ART THÉRAPIE : BILAN

En guise de **conclusion** de l'**atelier d'art thérapie**, nous pouvons retenir des observations et témoignages pertinents des participants les points suivants que j'ai regroupé en **8 thèmes** :

1. Cancer du sein et genre

En effet, le cancer du sein touche aussi bien les femmes que les hommes. La présence à cet atelier de Mr B. 55 ans, père de famille, atteint d'un cancer du sein droit, en est la preuve.

Nota : la sœur de Mr B. est décédée d'un cancer du sein il y a peu de temps et c'est fort de cette malheureuse expérience que Mr B. A vite réagi, dès l'apparition des premiers signes.

2. Cancer et âge

Le cancer n'est pas une pathologie exclusive aux adultes ; même les enfants sont touchés par cette maladie. En effet, sur les 15 participants à l'atelier, 4 étaient parents d'enfants malades.

3. Cancer du sein et autopalpation

L'autopalpation des seins est une pratique très positive et importante. En effet, selon les différents témoignages, c'est la découverte d'un nodule lors de cet examen pratiqué à la maison (Mr B. y compris) qui aura conduit les patientes à consulter un médecin.

4. Cancer et vie de couple

Le cancer affecte le vie de couple. En effet, il dommage de constater que certains couples divorcent à cause du cancer du sein de l'épouse.

II.13. 4- ATELIER D'ART THÉRAPIE : BILAN

5. Cancer et témoignage

Il est important de témoigner de sa maladie pour donner courage et rassurer les autres. Exemple de Mme C. en est la preuve.

6. Cancer et stigmatisation des malades

Malheureusement, nombreuses sont les personnes qui pensent que les personnes malades du cancer le sont par leurs fautes. Mme G a souffert de ces accusations...

7. Cancer et projets d'avenir

"Vivre et faire des projets" pendant et après le cancer est possible.
La démonstration a été faite par 5 participantes.

8. Cancer et annonce de la maladie

Le cancer est un mot qui fait peur. L'annonce de cette maladie peut parfois causer de gros traumatismes. Cette annonce peut être vécue comme un véritable "Tsunami". Il est important d'être très pédagogue et psychologue lors de l'annonce du diagnostic. La plupart des participants ont très mal vécu cette expérience.

II.14 MARATHON DU GABON



Date : 30 novembre 2019

Lieu : Bord de mer

II.14. 1- MARATHON DU GABON : LA GABONAISE



II.14. 2- LA GABONAISE : REPORTAGE PHOTOS



II-15 NOËL POUR TOUS



Date : 21 décembre 2019
Lieux : Diba diba - Libreville

II.15. 1- NOËL POUR TOUS : LES ACTIVITÉS



II.15. 2- NOËL POUR TOUS : REPORTAGE PHOTOS



II.15. 3- NOËL POUR TOUS : REPORTAGE PHOTOS



II.15. 4- NOËL POUR TOUS : REPORTAGE PHOTOS







+241 62 30 78 27 | +241 74 96 32 27

Ensemble, pour **l'autonomisation**
des femmes atteintes du cancer

Il suffit parfois d'un simple geste pour redonner ESPOIR et DIGNITE