Des histoires écrites par la vie

Celine

Jusqu'à l'école secondaire, pour Celine Fankhauser (24 ans), le monde était encore parfait. Puis elle est devenue dépressive et a souffert d'attaques de panique. Elle a tout juste réussi ses examens de fin d'apprentissage. Elle a cependant raté son entrée dans la vie active. Les deux années suivantes ont été marquées par le désespoir. Ce n'est qu'avec l'aide de travailPLUS qu'elle a repris courage et trouvé un emploi sur le marché du travail primaire.

« Mon enfance n'aurait pas pu mieux commencer. Jusqu'à ce terrible jour de 8e année. Durant l'après-midi, nous avions une leçon de gymnastique. En début d'après-midi, j'ai commencé à me sentir mal. J'attribuais mon malaise au fait que je n'aimais pas le sport. Lorsque la leçon a commencé, j'ai eu froid et chaud en même temps, j'ai eu les jambes en coton, j'ai tremblé, et des angoisses inexpliquées m'ont envahie.

La peur change tout

J'ai commencé à pleurer de manière incontrôlée. Je n'arrivais pas à dire ce que je ressentais. Ma mère et ma grand-mère m'ont accompagnée chez le médecin. Le diagnostic a été implacable : dépression nerveuse ! Le remède a alors été : beaucoup dormir, se reposer et ne pas s'énerver. J'ai alors pensé que c'était comme une grippe, qu'il suffirait de quelques jours de repos et qu'ensuite je serais rétablie.

Mais chaque fois que, le lendemain, je voulais aller à l'école, je ne parvenais pas à dormir et j'avais des angoisses inexplicables. Jusqu'au point où, le matin, je devais régulièrement vomir et j'avais des attaques de panique. Toutefois, dès que j'avais signalé mon absence, mes symptômes disparaissaient et je prenais alors la résolution de retourner à l'école le lendemain. J'ai renouvelé l'expérience jour après jour. Avec le temps, j'ai commencé à craindre le matin. Mon médecin de famille m'a alors prescrit des séances de soutien psychologique auprès d'une pédopsychologue. On m'a prescrit des anti-dépresseurs. Au début, ça m'a aidée. Je souffrais toutefois encore toujours de dépressions et d'attaques de panique. La maison est bientôt devenue le seul endroit où je me sentais en sécurité.

Un autre effondrement

Grâce aux médicaments, j'ai réussi mon diplôme de fin de scolarité et ma dixième année scolaire. Puis j'ai fait une formation de deux ans d'assistante de bureau (AFP), que j'ai achevé comme meilleure de ma volée. J'ai continué pendant deux ans et obtenu mon diplôme d'employée de commerce (CFC). Ensuite, j'ai pu rester dans la même entreprise, mais j'ai dû changer de département. Comme nous étions en sous-effectifs, on n'a pas eu le temps de me faire une véritable introduction. Je faisais des erreurs et celles-ci ont vite entraîné des réclamations de collègues, de supérieurs et de la clientèle. Un jour, alors qu'on me faisait encore remarquer à une erreur, j'ai commencé à pleurer de manière incontrôlée, j'ai craqué et j'ai été mise en arrêt maladie.

Comme je ne pouvais pas travailler, j'ai décidé d'arrêter les médicaments et j'ai tenté de m'en passer. Ils ne faisaient pas que me protéger ; ils m'abrutissaient aussi. D'abord j'allais moins bien. Puis quelque chose a changé. J'ai de nouveau pu ressentir, entendre et voir des choses. Mais mes angoisses sont restées.

travailPLUS : une bouée dans la détresse

Étant donné que mon état ne me permettait pas de travailler à 50 %, l'assurance indemnités journalières ne pouvait pas m'aider. L'AI a rejeté ma demande, car je ne voulais pas prendre de médicaments. Ma famille tout entière était désespérée. Nous avons cherché de l'aide des jours durant. Puis ma mère est tombée sur l'Armée du Salut et travailPLUS. Là, on m'a immédiatement accordé du soutien. travailPLUS a réglé les questions d'assurance, afin que je reçoive l'aide à laquelle j'avais droit. Peu après, j'ai pu me réinsérer dans la structure de jour ‹Südkurve› à Thoune et six mois plus tard, je travaillais déjà à 30 %.

Entre-temps, j'avais aussi trouvé une bonne psychologue. Grâce à son suivi, j'ai accepté de reprendre des médicaments. J'ai ainsi aussi eu droit au soutien de l'AI, ce qui m'a permis de bénéficier de l'offre du service ‹berufliche Förderung und Klärung (BFK)› à Thoune. Après cinq mois, je travaillais à un taux de 60 à 70 % et j'ai tenté un placement à l'essai de trois mois sur le marché primaire de l'emploi. Et cela a merveilleusement bien fonctionné.

Essai réussi

Alors j'ai déposé ma candidature pour un poste. Lors de l'entretien d'embauche, j'ai présenté ma situation ouvertement. Quelques jours après l'entretien, mon employeur actuel prenait contact avec moi et j'obtenais l'opportunité de faire mes preuves. Ce que j'ai fait. Fin mars, j'ai réussi ma période d'essai et je travaille désormais à 80 %. Il y a deux ans, cela aurait encore été inimaginable !

Sans le soutien de travailPLUS, je n'aurai pas réussi cela. Grâce à l'aide simple et rapide, j'ai pu me développer en fonction de mes possibilités et j'ai appris à gérer mes peurs. Même si celles-ci vont m'accompagner pour le reste de ma vie, j'ai retrouvé la joie de vivre et je regarde vers l'avenir avec optimisme. »

Vous trouverez d'autres histoires de vie sous : armeedusalut.ch/temoignages

travailPLUS : le travail ajoute de la valeur

Exercer un travail procure de la dignité et permet de participer à la société. Par une approche globale et axée sur les ressources, travailPLUS cherche des solutions adaptées en collaboration avec la personne concernée et les autres parties prenantes. Chaque personne est accompagnée de manière individuelle, en fonction de ses compétences et de ses possibilités. Une étroite collaboration avec les employeurs et autres personnes ou organes impliqués a pour but d'offrir un soutien.

Les participants apprennent à connaître les exigences générales du monde du travail et s'approprient des compétences professionnelles et d'autres compétences clés. Par ailleurs, ils élaborent un profil professionnel, déterminent leurs performances et obtiennent des perspectives pour leurs aptitudes sur le marché du travail. Dans l'idéal, les participants décrochent un emploi à long terme.

armeedusalut.ch/travailplus

Soupe, savon, salut. L'Armée du Salut aide en proposant :

Une oreille attentive

Tout commence par une personne sensible et prête à écouter une autre personne ayant besoin d'aide. Nous proposons 26 offres sociales pour les personnes en détresse et les accueillons à bras ouverts dans nos 53 paroisses salutistes.

Un endroit pour dormir

Perdre pied fait souvent perdre son chez-soi également. Nos 11 foyers d'habitation, 4 établissements médico-sociaux et 6 foyers de passage hébergent chaque nuit des sans-abri. En outre, nous disposons également de 5 crèches et foyers pour enfants.

Des tables garnies

Le problème d'une personne en détresse est souvent simplement la faim de nourriture ou de compagnie. Nous invitons volontiers des personnes à partager un repas, par exemple un repas de midi pour jeunes et moins jeunes, ou encore un repas de Noël.

Du réconfort

Notre action est marquée par notre relation avec Dieu, que nous aimerions faire connaître à notre entourage. Par exemple lors des cultes qui ont lieu chaque dimanche dans nos paroisses salutistes et accueillent près de 111 000 visiteurs.

Tous les chiffres : état 2021

IN08/22

Fondation Armée du Salut Suisse | Laupenstrasse 5 | 3008 Berne | Téléphone 031 388 05 35
dons@armeedusalut.ch | armeedusalut.ch | CP Dons 30-444222-5 | IBAN CH37 0900 0000 3044 4222 5