

VER OVER MIJN GRENS

- TRAUMA, VLUCHT, VERWERKING -



zuidactie.be

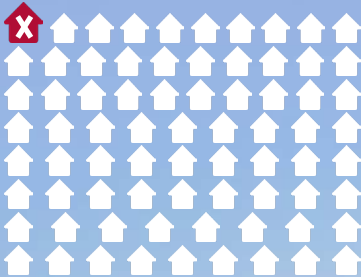
fracarita
BELGIUM 



Broeders van Liefde
GEÏNSPIREERD VERBONDEN

1 op **74**

mensen is gedwongen op de vlucht.



Congolees koppel bouwt een tent op na hun aankomst in het vluchtelingenkamp van Nyarugusu, Tanzania


Beeld je even in: op een dag trek je de voordeur achter je dicht. Hoe lang blijf je weg? Geen idee. Kom je ooit nog terug? Niemand die het weet.

Wat wel duidelijk is, is dat je *moet* vertrekken om je eigen leven en dat van je gezin te redden. Een andere optie is er niet.

Zo'n **110 miljoen** mensen trokken hun voordeur dicht en zijn momenteel noodgedwongen op de vlucht. Het geweld in hun thuisland en de ontberingen tijdens hun tocht laten heel wat vluchtelingen zwaar **getraumatiseerd** achter.

4 op 10 volwassen vluchtelingen en 9 op 10 kinderen moet verder met een **posttraumatisch stressyndroom**. Het dagelijks leven terug oppikken lukt deze gezinnen niet meer. Wat ze hebben meegemaakt ging ver **over de grens** van wat je als mens aankan.

Met deze Zuidactie steunen we Afrikaanse partners die **psychologische hulpverlening** bieden aan getraumatiseerde gezinnen zodat die toch een **nieuw leven kunnen opbouwen**. Want dat is wat elke vluchteling uiteindelijk wil...

A group of approximately 15-20 people, likely refugees, are packed into a small, dark inflatable boat on a vast, blue sea. They are wearing orange life jackets. In the background, a range of blue mountains stretches across the horizon under a clear sky. The overall scene conveys a sense of a long and difficult journey.

Alle vluchtelingen op weg naar Europa?

Nee. 7 op 10 vluchtelingen trekt de grens over naar een buurland en wacht daar tot een veilige terugkeer mogelijk is. Het Afrikaanse Tanzania vangt bijvoorbeeld al decennialang vluchtelingen op uit Congo en Burundi. De meeste vluchtelingen blijven dus in hun eigen regio. Gevolg: het zijn de landen die het financieel al moeilijk hebben, die het gros van de vluchtelingen opvangen.



Vluchtelingenkamp NYARUGUSU

Het vluchtelingenkamp Nyarugusu in Tanzania is één van de grootste kampen ter wereld. 138.000 mensen uit Burundi en Congo wonen er samen.

Wie net is aangekomen bouwt een tent, wie er al wat langer verblijft bouwt er muren van zongedroogde bakstenen omheen. Het kamp lijkt hierdoor op een heel uitgestrekt dorp.

In het kamp kunnen de bewoners ontsnappen aan het geweld in hun thuisland. Maar ze moeten wel inboeten op heel wat andere vlakken. Ze verliezen hun ...

- **vrijheid:** ze mogen het kamp niet verlaten
- **inkomsten:** je mag er geen winkeltje opstarten of een job uitoefenen
- **zelfvoorzienendheid:** zelf voedsel kweken of (ver)kopen is er in principe verboden

De kampbewoners zijn hierdoor heel sterk afhankelijk van de voedselrantsoenen van de Verenigde Naties. Maar deze worden jaar na jaar teruggeschroefd. Wat een gezin maandelijks krijgt is nauwelijks voldoende om te overleven.





Vlucht en trauma

Wie op de vlucht slaat voor geweld loopt meestal niet één, maar meerdere trauma's op. Je wordt herhaaldelijk mentaal knock-out geslagen.

Psychologische begeleiding is een must om dit te kunnen verwerken.



Je maakt thuis iets extreem bedreigends mee, jij en/of je gezin is in levensgevaar. Je slaat daarom op de vlucht.



De tocht naar veiligere oorden is niet zonder gevaar: je wordt bestolen, misbruikt, afgeperst, lijdt honger, kou, ... En je toekomst blijft extreem onzeker.



Je bent in veiligheid, maar wordt opnieuw geconfronteerd met grote uitdagingen: geen job, geen netwerk, andere cultuur, discriminatie, je verliest je sociale status, ... Nieuwe opoffers.

John

John sloeg als dertienjarige op de vlucht voor het geweld in zijn thuisland **Burundi**. Zijn volledige gezin werd **vermoord**. De ouders verplichtten John om eigenhandig zijn zus om te brengen. Anders zou hij worden gedood.

John vluchtte te voet naar **Tanzania**. Een helse tocht. Daar werd hij half bewusteloos en totaal uitgeput naar het **vluchtelingenkamp** gebracht.

Eindelijk was John veilig. Maar toen kwamen de beelden terug van die noodlottige dag. Hij kreeg nachtmerries, durfde niemand nog te vertrouwen, begon mensen te slaan en was **volledig buiten zichzelf**.

Vanuit het kamp werd hij overgebracht naar het **psychiatrisch centrum** van de Broeders van Liefde in Kasaka. Daar kon hij zijn verhaal kwijt aan dokter Chantal. Er werd **therapie** opgestart en hij kreeg **medicatie** voorgeschreven. Een psycholoog leerde hem **omgaan** met zijn trauma's. Stap voor stap kreeg John opnieuw vat op zijn eigen leven.



"Dankzij dokter Chantal en haar team geloof ik opnieuw in mezelf. Ik begrijp nu beter hoe ik met m'n trauma's moet omgaan."

"Samen met mijn vrouw en dochtertje kan ik nu een leven opbouwen. Een fantastisch gevoel!"



"Ik schrijf hiphopnummers over de ellende die ik heb doorstaan. Een ideale uitlaatklep..."





Dokter Chantal!

"In ons psychiatrisch centrum in **Kasaka**, 150 km van het kamp vandaan, bieden we **geestelijke gezondheidszorg** aan de Tanzaniaanse bevolking uit de omgeving. Maar we reserveren altijd een aantal plaatsen voor mensen uit het vluchtelingenkamp met een **posttraumatisch stressyndroom**."

"Zij worden voor een aantal weken naar ons centrum overgebracht. Dit geeft ons de kans een goede **diagnose** te stellen en **therapie** op te starten."

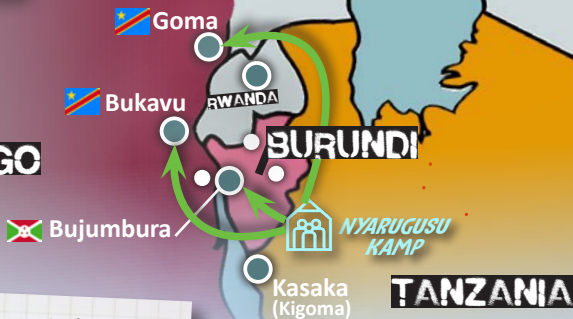
"In het vluchtelingenkamp is er wel een ziekenhuis, maar er is **onvoldoende kennis** over geestelijke gezondheidszorg om de patiënten echt vooruit te helpen. Daarom is een **gespecialiseerd centrum** zoals dat van de Broeders van Liefde in Kasaka echt wel nodig."

"Na hun terugkeer naar het kamp volgen we de patiënten vanop afstand op. We gaan ook zelf ter plaatse voor een **opvolgingsgesprek**."

Het psychiatrisch centrum van Kasaka

"We zijn er voor hen, ook na hun terugkeer"

DR CONGO



▲ De Broeders van Liefde hebben in de regio een netwerk van psychiatrische centra uitgebouwd. Kunnen de vluchtelingen op een dag veilig terugkeren naar huis, dan kunnen ze hun therapie in één van de centra in hun thuisland verder zetten.

- = psychiatrisch centrum Broeders van Liefde
- = antenne van psychiatrisch centrum
- ➔ = repatriëring





Onze droom? patiënten begeleiden in het kamp zelf.

"Vluchtelingen met een posttraumatisch stressyndroom hebben een **regelmatige opvolging** nodig door een psycholoog, ook in het kamp. Dit is momenteel niet mogelijk."

"Het kamp bevindt zich immers op **vele uren rijden** van ons centrum, via onverharde wegen. Dit maakt het praktisch **onmogelijk** om meerdere keren per week naar het kamp te rijden."

"Ons team wil daarom in het vluchtelingenkamp zelf een **post** opstarten voor geestelijke gezondheidszorg. Een ruimte waar kinderen en volwassenen langs kunnen komen voor **therapie**, waar we specifieke **medicatie** kunnen voorzien en waar we familieleden van de patiënt kunnen **sensibiliseren**."

"Tijdens het weekend kan het een **ontmoetingsplek** zijn waar patiënten hun verhaal met elkaar delen en steun vinden bij elkaar. Een plaats van en voor patiënten, **in hun eigen gemeenschap**."

**"Jouw steun
aan de Zuidactie geeft ons de kans om
zo'n plek te creëren in het kamp!"**

**"Dan kunnen we meer getraumatiseerde
gezinnen helpen en kunnen we hen ook veel beter
begeleiden."**

Nyarugusu
vluchtelingenkamp

Over onverharde wegen naar het
vluchtelingenkamp



Steun
gezinnen op de
vlucht en toon je
grenzeloos
solidair!



www.zuidactie2024.org

Zuidactie steunen:

• **Online:**



fracarita
BELGIUM 

• **Overschrijving:**

BE51 4459 6281 2162 • KREDBEBB

Mededeling: +++100/1624/01070+++

Doe je een gift van 40 euro of meer,
dan recupereer je 45% van het gestorte bedrag
via de belastingen.

*fracarita Belgium, de ngo voor
internationale samenwerking van de Groep
Broeders van Liefde*

 **Broeders van Liefde**
GEINSPIREERD VERBONDEN



Ethiek, transparantie, goed bestuur
**Jouw gift,
ons engagement**
ethische-fondsenwerving.be

fracarita
BELGIUM 

Film



VER OVER MIJN
GRENS

