

Pour découvrir toutes nos missions :

www.fidesco.fr

Epiphanie DOTOU

Assistante auprès de personnes en
situation de handicap mental à L'Arche

Date : 13 octobre 2025

Nous soutenir :

jesoutiens.fidesco.fr/dotou2025

RAPPORT DE MISSION • N°1



Session Fidesco. Photo prise après un partage d'expérience d'une volontaire de la dernière promotion.

Chers amis, familles, parrains et lecteurs,

Je me présente : Épiphanie DOTOU, stratégiste marketing de formation, un domaine dans lequel j'ai exercé jusqu'au début de cette année 2025.

Née dans une famille chrétienne catholique, j'ai très tôt été immergée dans la vie associative. Une expérience m'a permis de découvrir, d'apprendre et de vivre de façon concrète la charité et la compassion, notamment à travers mon engagement dans des mouvements tels que la Légion de Marie, Fondacio et la Communauté de l'Emmanuel.

Ces expériences ont fait naître en moi une profonde sensibilité à la souffrance humaine, en particulier celle des personnes en situation de vulnérabilités. En grandissant, ce sentiment s'est transformé en un désir altruiste, un besoin de me mettre davantage au service des autres, un désir que les actions ponctuelles au sein des associations ne suffisaient plus à combler.

Après mûre réflexion et un bon temps de discernement, j'ai décidé de m'engager pleinement dans une mission humanitaire avec FIDESCO, une organisation qui envoie des volontaires au service de projets de solidarité à travers le monde. C'est ainsi que depuis juillet 2025, j'ai quitté le TOGO pour m'installer en France, où je réalise ma mission au sein de L'Arche, une association qui accueille des personnes adultes en situation de handicap mental.

À travers ce rapport, que vous recevrez chaque trimestre, je vous partagerai mon vécu missionnaire à travers trois grandes dimensions à savoir :

- La dimension professionnelle, dans laquelle je vous présenterai en détails ma mission à L'Arche : mes tâches quotidiennes, mes interactions avec les personnes accueillies et les temps forts de la vie communautaire ;
- La dimension culturelle, où je relaterai mes découvertes, mes surprises et mes apprentissages dans ce nouvel environnement ;
- La dimension spirituelle, où je vous parlerai de l'évolution de ma vie intérieure, de la manière dont cette mission nourrit ma foi et renforce mon lien avec le Seigneur.

Je vous remercie pour votre attention et votre soutien tout au long de cette aventure humaine et spirituelle.

I. DIMENSION PROFESSIONNELLE

Dès mon arrivée sur le territoire français, j'ai participé à une session d'envoi en mission aux côtés d'autres volontaires FIDESCO venant d'Afrique, d'Europe et d'Amérique. Au cours de cette session, nous avons eu les formations indispensables qui nous ont permis de mieux comprendre les enjeux de nos différentes missions. Nous avons aussi pu avoir le témoignage d'un volontaire et nous préparer de façon adaptée à l'engagement significatif qui nous attendait.

Après cette session d'envoi, j'ai eu l'opportunité de passer cinq semaines à Paray-le-Monial en Bourgogne, lors des sessions d'été organisées par la Communauté de l'Emmanuel, en tant que **J2S** (Jeunes au Service des Sessions). Pendant cette période, j'ai eu l'occasion de servir dans plusieurs services, notamment :

- le service inscription, où j'ai aidé à préparer les kits des participants des sessions.
- le service cuisine, où j'ai, avec mon équipe, aidé à la préparation des repas. Nous étions les petites mains du chef à la cuisine. Cela m'a permis de découvrir une partie de la cuisine française mais aussi savoir mieux organiser mon temps, étant donné que malgré la quantité, il fallait que les repas soient prêts à l'heure pour le service.
- le service kid's (les enfants de 0 à 11 ans), où j'étais principalement à la logistique. Ce rôle consistait à préparer et mettre en place les outils (livrets et objets de bricolages) dont auraient besoin les enfants durant la session. Cela m'a permis de mieux comprendre l'importance de la coordination logistique.



Le 18 août, j'ai rejoint **L'Arche** à Aix-en-Provence. L'Arche est une association qui accueille des personnes adultes ayant un handicap intellectuel. Ces personnes accueillies forment le cœur de L'Arche et deviennent elles-mêmes les « accueillants » des assistants ou jeunes volontaires (dont je fais partie) qui viennent vivre avec elles.

L'Arche à Aix-en-Provence comprend trois maisonnées où vivent les habitants/résidents (personne en situation de handicap) et les accompagnants (salariés et volontaires/services civiques). Je vis à Pagnol (Maisonnée 2) et comme habitants, j'ai : Xavier, le tonton cool de la maison ; Alix, qui nous aide à nous rappeler de ce qu'il faut faire ; François, passionné par les chiens de chasse ; Vincent, le chorégraphe ; Marion, la serviabilité en personne ; et Nicolas qui est l'artiste peintre de la maison.



Les fondamentaux de L'Arche sont le respect de chacun dans sa différence, la relation humaine et l'amitié partagée, la valorisation de la dignité et de la parole des personnes en situation de handicap, la finalité pour ses membres étant la réconciliation avec les autres et soi-même. En somme, L'Arche c'est : « Vivre ensemble avec et sans handicap mental ». Je vous invite à visiter le site de L'Arche si vous voulez en savoir plus sur arche-france.org ; car comme l'a dit le fondateur Jean Vanier, « l'accueil des fragilités de chacun est une voie essentielle pour construire une société plus humaine ».



Activité en maisonnée avec François et Marion

Ma mission au sein de l'association consiste en grande partie à assister mes responsables. Il s'agit précisément de participer à la vie commune de la maisonnée, en aidant les résidents dans leur vie quotidienne. Je participe donc au bon fonctionnement de la maisonnée, j'aide pour les tâches ménagères, aux activités, à la cuisine, j'aide pour le planning et j'accompagne pour les sorties avec les habitants. J'ai eu à participer déjà à quelques activités depuis mon arrivé, à savoir :



- la réunion communautaire qui se déroule chaque mardi, activité qui rassemble tous les membres de L'Arche d'Aix mais aussi les volontaires et les amis des maisonnées.

- le forum des associations d'Aix-en-Provence.

- la rencontre régionale des Arches à Marseille. A cette rencontre, j'ai eu l'occasion d'échanger avec d'autres anciens volontaires mais surtout des nouveaux volontaires des autres Arche de la région. J'y ai aussi rencontré et joué avec des habitants des autres Arches qui étaient là.

- un café volontaire : une occasion d'échanges entre nous, volontaires, et la responsable RH, sur l'évolution de notre mission, les points d'améliorations, les difficultés, remarques et suggestions.

Mes débuts n'ont pas toujours été faciles mais au fur et à mesure que les jours passaient, j'ai commencé à apprendre à connaître les six habitants de ma maisonnée, à m'adapter à chacune de leur personnalité et à répondre à leurs besoins diversifiés. C'est avec joie que vous dis que ça se passe bien autant avec les habitants qu'avec mes responsables.

II. DIMENSION CULTURELLE

Bien que je m'y attendais, j'ai été un peu frappée par la différence entre la France et mon pays. L'une des premiers choses en matière de différence, était les transports. En France, il est facile de se déplacer mais il faut avoir de l'expérience et pour avoir cette expérience ce n'est pas toujours facile. Je peux non seulement vous dire que j'ai fait un peu de sport au début mais aussi que j'ai réussi à comprendre au fur et mesure le fonctionnement.

L'autre chose était la différence culinaire, les repas en France sont tout un style pour ne pas dire un art. Dans l'art de la table, toute le monde est là et les horaires sont importants ; on commence par une entré, ensuite le plat principal souvent bien composé, pour finir par une touche de sucré (dessert). Les repas sont divers, il y a plein de façon de faire et les découvrir est un pur plaisir pour moi.

Je ne puis parler de la gastronomie française sans mentionner le fromage et le pain ; je pensais que je mangeais beaucoup de pain jusqu'à ce que j'arrive en France, il y en a pratiquement sur toute les tables.

En somme, la nourriture en France va bien au-delà d'un besoin physiologique, elle a une très grande place dans le cœur des Français.

Les différences ne sont pas que dans les transports ou la gastronomie, j'ai pu constater que la culture ici est plutôt individualiste. L'autonomie personnelle, la liberté de penser et d'agir selon ses propres choix sont très valorisés et l'intimité ou la vie privée est très importante. Le temps est considéré comme précieux ce qui fait que la ponctualité est une valeur importante, en particulier dans le monde professionnel. Et en parlant de professionnalisme, le rapport à la hiérarchie est différent, et parfois il peut arriver même que l'autorité soit questionnée. Le débat, la critique, et même la contestation peuvent être perçus comme sains et constructifs, ils sont donc mieux reçus. Les relations, de façon générale, sont souvent plus égalitaires, même entre personnes d'âges ou de statuts différents.

Pendant mes cinq semaines à Paray-le-Monial, j'ai rencontré beaucoup de personnes qui m'ont aidé à découvrir, à comprendre et à commencer à m'immerger dans cette culture. Avec ces personnes, j'ai discuté et j'ai joué aux cartes, au frisbee, à la pétanque, au babyfoot et j'en passe. J'ai fait la course et j'ai même appris à danser le rock.



Ces moments, qui ont été mes premiers pas en France, pour moi, sont des expériences indélébiles parce que j'y ai vu une partie de la France en miniature.

Quand je suis arrivée à L'Arche à Aix-en-Provence, voir ce « Bienvenue » collé sur la porte de ma chambre m'a fait chaud au cœur. Que ce soit les accompagnants, les responsables et même les habitants, je me suis sentie accueillie et bien reçue. J'ai même eu une soirée de

bienvenu dans ma maisonnée ; une soirée où j'ai choisi un menu et le dessert que je voulais et c'est ce qu'ils ont cuisiné pour tout le monde.

Toutes ces personnes m'aident chaque jour à découvrir, dans mon quotidien, pour que je m'adapte et que passe un bon moment.



J'ai aussi eu la possibilité de visiter des endroits à Aix et je retiens particulièrement ma visite à la fondation VASARELY. Lors de cette visite, j'ai découvert Victor Vasarely, son histoire, ses œuvres mais aussi et surtout l'impact qu'il a eu sur l'art plastique.

« L'art des privilégiés doit devenir l'art de la communauté. L'important c'est d'avoir résolu techniquement et plastiquement ce changement. » Victor VASARELY

III. DIMENSION SPIRITUELLE

À Paray-le-Monial, depuis la session d'envoi jusqu'aux sessions d'été, j'ai eu une vie spirituelle que je peux qualifier d'intense et enrichissante. J'ai pu entendre l'histoire de Marie-Marguerite et des apparitions du Sacré-Cœur de Jésus. J'ai eu l'occasion d'aller à la messe et l'adoration dans les trois grandes chapelles historiques de la ville de Paray. Ci-contre, une photo des reliques de Marie-Marguerite dans la chapelle de La Colombière.



Pendant mon service avec les J2S, la spiritualité a rythmé nos journées. Nous vivions quotidiennement des moments de louange, d'adoration devant le Saint-Sacrement et de messe. Ces temps de prière étaient accompagnés des veillées des sessions de l'Emmanuel, qui ont été des moments intenses de recueillement spirituel. Nous y avons aussi reçu des enseignements sur des thèmes diversifiés et pertinents. Je me rappelle encore ma première formation qui portait sur « le mal », j'y ai retenu que « le mal c'est la privation du bien » (St Augustin).

Je me souviens aussi du topo sur « le discernement », un thème qui m'a convaincue sur mon choix de consacrer une année à une mission sociale car discerner n'est pas faire un choix par défaut mais un choix objectif sans contraintes et ce dans un état de paix. « Le discernement vient comme une évidence, il n'y a aucun doute, c'est très clair. » (Samuel Loridan).

À mon arrivée à L'Arche, le rythme n'était plus le même mais j'avais gardé quelques habitudes des J2S comme la louange, pas toujours matinale mais quotidienne. Je participe à la messe dominicale du dimanche et j'ai commencé à participer aux rencontres de la Communauté de l'Emmanuel à Aix-en-Provence.

Que ce soit à Paray ou à Aix, j'arrive à maintenir une connexion profonde avec ma foi.

Epiphanie

Le coup d'pouce... ■ ■

Depuis 5 ans Fidesco accueille des volontaires venant des pays du Sud pour des missions **auprès des populations défavorisées en France** (accueil de personnes handicapées, accompagnement de personnes en situation de précarité, soutien d'œuvres sociales, éducatives...). Pour mener tous ces projets, former les volontaires avant leur départ, pendant leur mission et assurer les coûts de suivi et logistique connexes à ce programme de volontariat, **Fidesco a besoin de vous.**

Je vous propose de soutenir Fidesco par un don ! 66% de votre don est déductible des impôts !*

De nouveau, **un grand MERCI** de participer à ma mission en lisant et partageant mon Rapport de mission !

Pour parrainer Epiphanie : jesoutiens.fidesco.fr/dotou2025

Si vous avez des questions concernant votre soutien, rendez-vous sur : www.fidesco.fr/contact.html

* Avec une adresse fiscale en France.

Le coup d'pouce... ■

Depuis 5 ans Fidesco accueille des volontaires venant des pays du Sud pour des missions **auprès des populations défavorisées en France** (accueil de personnes handicapées, accompagnement de personnes en situation de précarité, soutien d'œuvres sociales, éducatives...). Pour mener tous ces projets, former les volontaires avant leur départ, pendant leur mission et assurer les coûts de suivi et logistique connexes à ce programme de volontariat, **nous avons besoin de vous.**

Je vous propose de soutenir la mission par un don !

De nouveau, **un grand MERCI** de participer à ma mission en lisant et partageant mon Rapport de mission !

Pour faire un don, contactez le responsable de la Communauté de l'Emmanuel au Togo : M. Eric KOUDAM.