

À cœur ouvert



Recueil de textes de **13** auteur·trice·s :

Aicha, Bahrije, Birgül, Elena, Hafsa, Ibtissam, Isabelle,
Khaled, Mohamad, Nassim, Noémie, Rida et Suna

Quelques mots sur l'asbl Maison de Quartier d'Helmet et sur l'asbl ScriptaLinea

Le recueil de textes *À cœur ouvert* a été réalisé par le Collectif des Oiseaux migrateurs grâce à la collaboration de la Maison de Quartier d'Helmet avec ScriptaLinea – en français « Collectifs d'écrits », et le soutien de la Commune de Schaerbeek dans le cadre de son appel à projets « Faire Culture ».

L'asbl Maison de Quartier d'Helmet (MQH) est basée à Schaerbeek et propose de nombreuses activités. Elle s'organise autour de plusieurs axes : Insertion Socio-Professionnelle, Cohésion Sociale et Éducation Permanente, Primo-arrivant·e·s. C'est une association qui favorise l'insertion, la solidarité et le changement social. Ses bénéficiaires sont âgé·e·s de 4 à 77 ans, c'est un public large, multiple et issu de cultures et d'horizons divers, une vraie richesse !

Les actions proposées par la MQH sont des formations pour adultes, notamment l'apprentissage du français, des parcours d'insertion et de citoyenneté, d'alphabétisation, des ateliers socioculturels et d'éducation permanente. Pour les enfants, des activités telles que l'école de devoirs, des ateliers créatifs et des stages pendant les vacances sont organisées.

Ces actions visent à stimuler la communication, la créativité, la solidarité et la citoyenneté au sein du quartier, à prévenir toute forme d'exclusion sociale et permettent de rendre possible une participation active et harmonieuse du public dans la société, dans la mixité et l'interaction des cultures.

Droits d'utilisation:

À cœur ouvert du Collectif des Oiseaux migrateurs est produit par ScriptaLinea asbl et mis à disposition selon les termes de la licence *Creative Commons* 2.0 Belgique: Attribution – Pas d'utilisation commerciale – Pas de modification

[texte complet sur: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/fr/>]



ScriptaLinea, 2025.

www.scriptalineia.org

N° d'entreprise BE 0503.900.845 RPM Bruxelles

Editrice responsable: Isabelle De Vriendt

Siège social: Chaussée de Wavre 205 - B-1050 Bruxelles (Belgique)

Si vous souhaitez rejoindre un collectif d'écrits,
contactez-nous via

www.scriptalineia.org

L'aisbl ScriptaLinea se veut un réseau, un soutien et un porte-voix pour toutes les initiatives collectives d'écriture à but socioartistique, en Belgique et dans le monde. Ces initiatives peuvent se décliner dans différentes expressions linguistiques : français (Collectifs d'écrits), portugais (Coletivos de escrita), espagnol (Colectivos de escritos), néerlandais (Schrijverscollectieven), roumain (Colectiv de scriere / scriere creativă), anglais (Writing Collectives)...

Chaque collectif d'écrits rassemble un groupe d'écrivain·e·s (reconnu·e·s ou non) désireux·ses de réfléchir ensemble sur le monde qui les entoure. Ce groupe choisit un thème de société que chacun·e éclaire d'un texte littéraire, pour aboutir à une publication collective, outil de sensibilisation et d'interpellation citoyenne et même politique (au sens large du terme) sur la question traitée par le collectif d'écrits. Une fois l'objectif atteint, le collectif d'écrits peut accueillir de nouveaux et nouvelles participant·e·s et démarrer un nouveau projet d'écriture.

Les collectifs d'écrits sont nomades et se réunissent dans des espaces (semi-)publics : centre culturel, association, bibliothèque, etc. Il s'agit en effet pour le collectif d'écrits et ses lecteur·trice·s d'élargir les horizons, de renforcer le tissu socioculturel d'une région ou d'un quartier, et ce, dans une logique non marchande.

Les collectifs d'écrits se veulent accessibles à ceux et à celles qui veulent stimuler et développer leur plume au travers d'un projet collectif et citoyen, dans un esprit de volontariat et d'entraide. Chaque écrivain·e y est reconnu·e comme expert·e, à partir de son écriture et de sa lecture, et s'inscrit dans une relation d'égal·e à égal·e avec les autres membres du collectif d'écrits.

Chaque année en principe, les collectifs d'écrits se rencontrent pour découvrir leurs spécificités et les réflexions des uns et des autres sur notre société. Ils reconnaissent dans les autres parcours d'écriture une approche similaire qui amène chaque collectif d'écrits à co-construire son propre projet. Cette démarche, développée au niveau local, vise à renforcer les liens entre individus, associations à but social et organismes culturels et artistiques, et ce, dans une perspective citoyenne qui favorise le vivre-ensemble, l'engagement, l'esprit critique et la création littéraire.

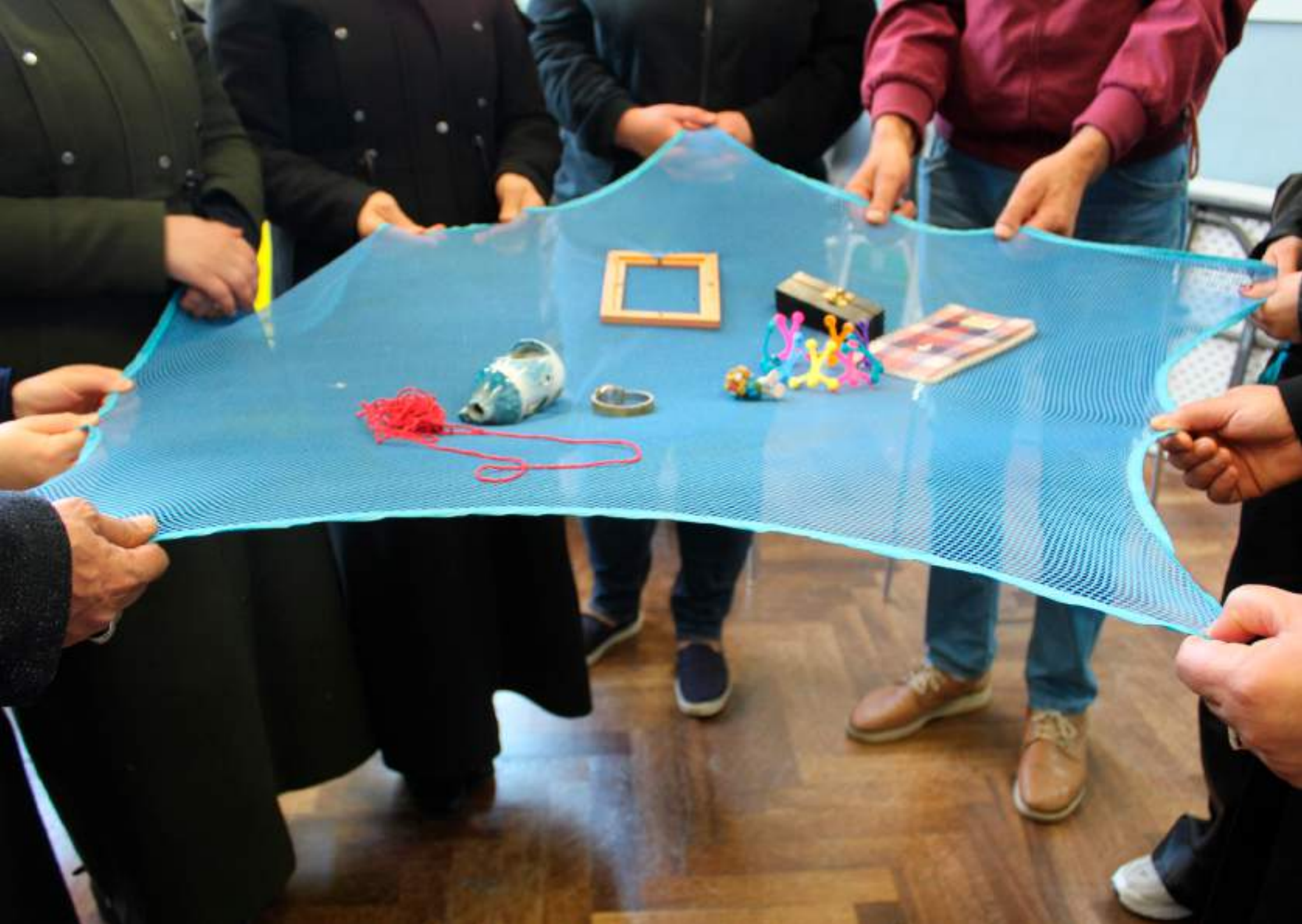
Marie Verlant

*Responsable du secteur Éducation permanente et Cohésion sociale
de la Maison de Quartier d'Helmet*

et Isabelle De Vriendt

Coordinatrice de l'AISBL ScriptaLinea - en français « Collectifs d'écrits »





Présentation du Collectif des Oiseaux migrateurs

Le Collectif des Oiseaux migrateurs parle plusieurs langues: arabe, turc, albanais, berbère, espagnol, moldave, kurde, roumain, et la langue partagée entre tous et toutes est le français. Les 13 personnes du collectif, 3 hommes et 10 femmes, viennent de différents pays et de trois continents, Afrique, Asie et Europe.

Les membres du collectif se respectent les un·e·s les autres, y compris dans leurs différentes cultures et croyances. Ils et elles sont de tailles, de corpulences, de couleurs de peau, de pointures et d'âges différents. Toutes les personnalités, tous les caractères, tous les styles sont acceptés. Les professions et les situations familiales vécues ne sont pas les mêmes, mais tout le monde a fait le choix de venir au cours, à la Maison de Quartier d'Helmet, à Schaerbeek, en Belgique.

Toutes les personnes du collectif sont intéressées pour travailler ensemble à l'écriture d'un livre sur le cœur. Ces adultes s'entraident, surmontent les difficultés et participent avec calme et gentillesse. Il est elles n'ont peut-être pas la même langue, la même culture, la même religion, le même caractère et la même apparence, mais ils et elles aiment tous et toutes avec le même cœur.

Aicha, Bahrije, Birgöl, Elena, Hafsa, Ibtissam, Isabelle, Khaled, Mohamad, Nassim, Noémie, Rida et Suna

Membres en 2025 du Collectif des Oiseaux migrateurs



Table des matières

Pour s'y retrouver

Éditorial	12
J'aime..., <i>Texte collectif</i>	14
Nos cœurs..., <i>Texte collectif</i>	15
L'humanité : la clé du succès, <i>Elena</i>	19
Le cœur de ma vie, <i>Rida</i>	21
Ma mère !, <i>Bahrije</i>	23
L'amour de la famille, <i>Hafsa</i>	28
J'aime parler..., <i>Ibtissam</i>	29
Voler librement, <i>Birgūl</i>	31
Ce que j'aime, <i>Khaled</i>	33
Les garçons sont faits pour danser, <i>Noémie</i>	35
Voyager, <i>Aicha</i>	37
Carnaval, <i>Isabelle</i>	39
Le portrait d'Inci, <i>Texte collectif</i>	41
Les adultes sont solidaires..., <i>Texte collectif</i>	42
Chère Madame Noémie !, <i>Texte collectif</i>	43

Les traits pour dire, <i>Noémie</i>	45
Ma passion, c'est la cuisine, <i>Bahrije</i>	47
J'ai à cœur, <i>Khaled</i>	49
Cadavres exquis, <i>Texte collectif</i>	51
Hermanas de corazón, <i>Isabelle</i>	52
Un morceau de bonheur, <i>Hafsa</i>	55
Ramener mes souvenirs, <i>Nassim</i>	57
Faites quelque chose..., <i>Texte collectif</i>	59
Les auteur·trice·s	63
Les lieux traversés	68
Remerciements	72

Éditorial

Quand je me sens perdu·e dans la ville ou que je passe un examen,
mon cœur bat vite.

Quand je revois quelqu'un·e que je n'ai pas vu·e depuis longtemps
et que j'aime, mon cœur bondit.

Quand je tombe amoureux·se, mon cœur palpite.

Dans chaque personne vivante, il y a un cœur qui bat.

Notre cœur change de rythme avec nos émotions: le stress, la
peur, l'amour, la tristesse, la colère...

Pour calmer notre cœur, on peut...

... voir appeler quelqu'un·e qu'on aime,

... sortir et marcher,

... faire du sport, du yoga,

... lire,

... regarder nos enfants étudier,

... prendre des médicaments,

... pleurer,

... respirer profondément,

... faire un calin

ou caresser son chat,

... fumer une cigarette.

Suivre notre cœur, nos passions, ça nous donne de l'énergie, de
la joie, du plaisir. Mais quand l'autre, ami·e, mari, père ou mère,
nous interdit de suivre nos passions, on se sent isolé·e, comme
dans une prison. C'est aussi la tradition, la culture, ses images et
ses stéréotypes qui nous freinent dans ce qui nous tient à cœur:
voyager, cuisiner, étudier, dessiner, jardiner, voir son amoureux·se,
des ami·e·s... D'autres obstacles encore à nos passions: les
engagements qu'on a, la distance, le manque d'argent ou de temps.

Et puis, les femmes peuvent se sentir moins libres de sortir dans
les rues, la nuit, par peur d'être agressées. Elles dépendent
souvent de l'autorité d'un père, d'un frère ou d'un mari, héritage
d'une époque où les hommes décidaient pour les femmes et les
enfants, selon la loi.

Pourtant, le cœur, notre cœur à chacun·e, c'est l'essentiel. C'est ce
qui nous fait sentir humains, proches des autres. Le cœur, c'est le
moteur de la solidarité et de l'amour.

Le Collectif des Oiseaux migrants

Texte collectif

J'aime...

La vie

Ma voiture

Le cours de français

L'amitié

Les enfants

Le café

Mon mari

Ma mère

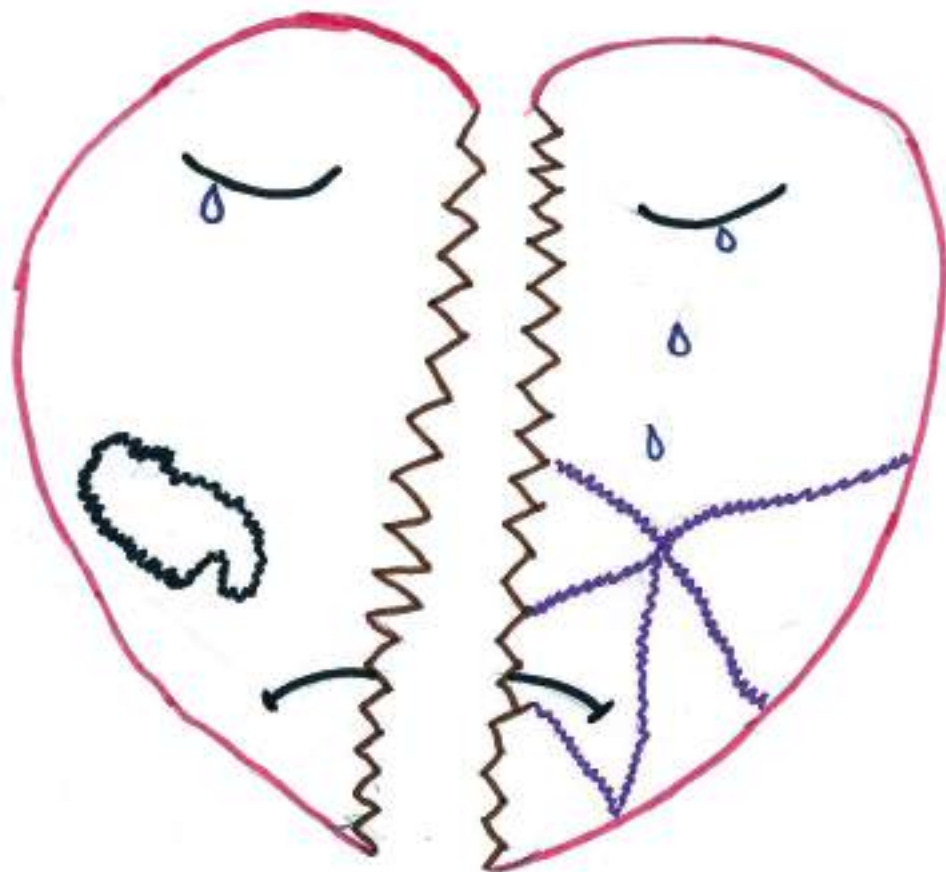
Les fleurs

Le partage

Texte collectif

Nos cœurs font une ronde dans le monde.





AVOIR LE CŒUR BRISÉ

Elena

L'humanité: la clé du succès

Cœur – un mot très court mais avec un sens large : amour, estime de soi, humanité, solidarité, empathie, affection, vie, obstacle, passions, relations, problèmes de relation entre les Hommes.

J'ai à cœur de faire une chose bonne par jour pour ma famille et pour toute la société. Pour moi, c'est très important, ce geste, parce que quand quelqu'un peut m'aider, je peux aussi l'aider – c'est l'humanité, la solidarité et la responsabilité. Tout le monde est alors bien instruit et discipliné.

Je vois souvent quelqu'un qui a besoin d'aide... Un mendiant qui demande de l'argent, une femme enceinte à qui j'offre une place dans le tram ou dans la file, au magasin, un enfant qui est tombé dans le parc et que j'aide à se relever, mais aussi, je demande de l'aide aux autres.

Pour moi, il est très important d'être une bonne personne dans le monde mauvais dans lequel nous vivons et d'être un exemple de gentillesse, d'empathie pour mon enfant, parce que toutes les bonnes choses viennent d'un cœur plein d'amour et d'affection pour celles et ceux qui nous entourent.

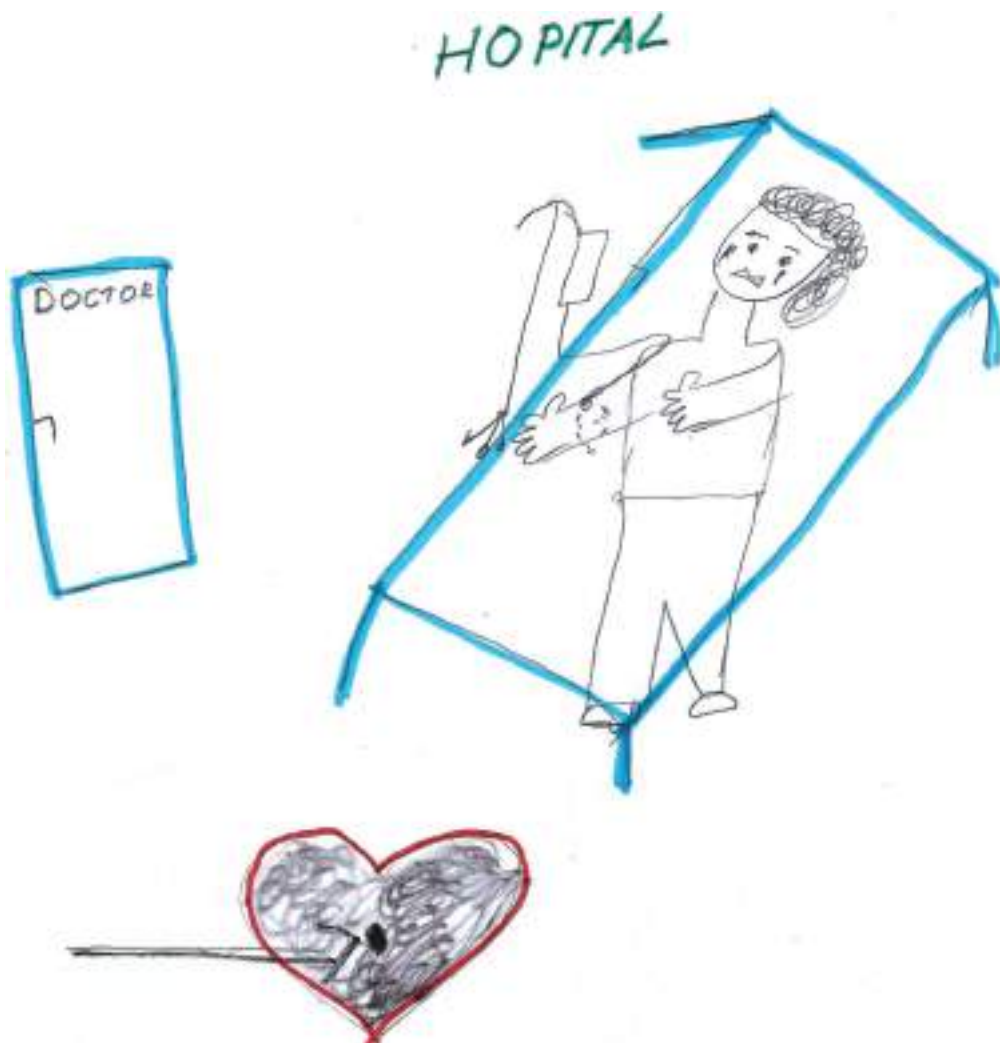


À CŒUR JOIE

Rida

Le cœur de ma vie

J'ai à cœur d'apprendre le français.
J'ai à cœur d'aller vers les enfants.
J'ai à cœur de rencontrer ma famille.
J'ai à cœur d'aller à la maison.
J'ai à cœur d'aller au supermarché.
J'ai à cœur de travailler.
J'ai à cœur de visiter en touriste les pays européens.
J'aime la météo.
J'aime la famille.



ÇA M'A FAIT MAL AU CŒUR

Bahrije

Le cœur de ma vie

J'ai à cœur de voir ma mère! Parce que je ne l'ai pas vue depuis deux ans, je ne suis pas partie en vacances.

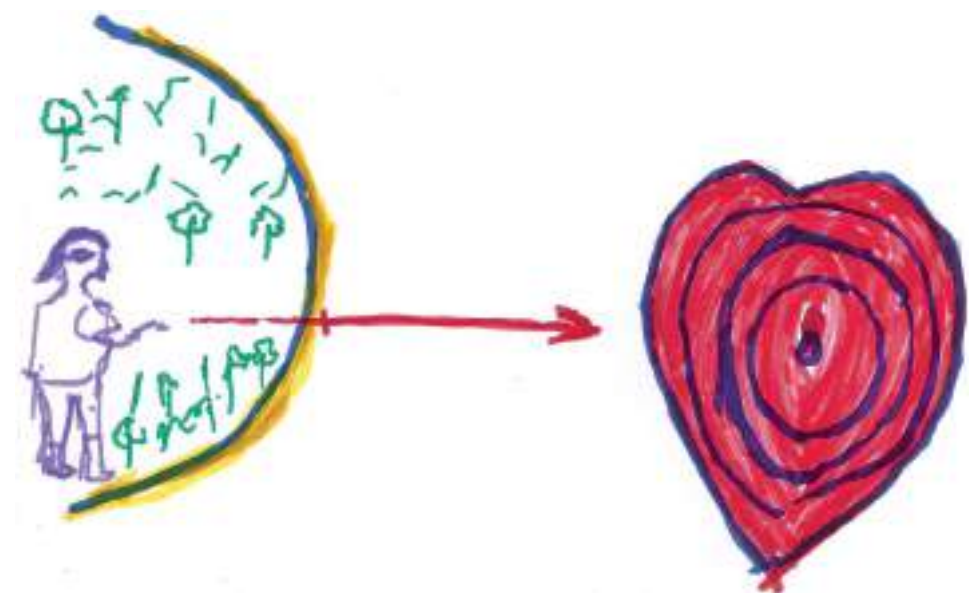
Moi, j'aime beaucoup parler avec ma mère, regarder ses yeux ou rester ensemble, manger avec ma mère, marcher et préparer quelque chose avec ma mère.

J'aime beaucoup ma mère!

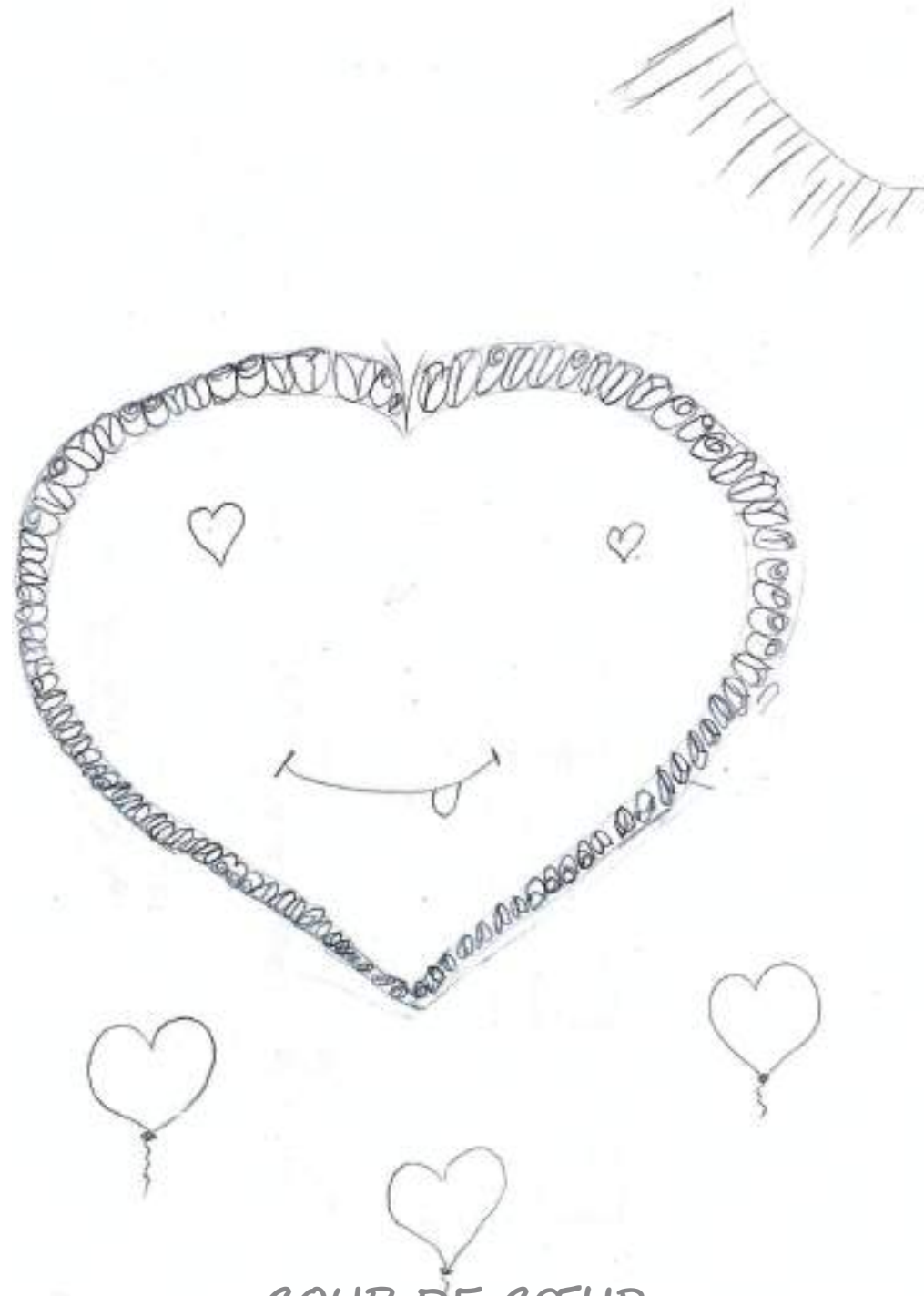
Ma mère a 66 ans. Elle est petite, travaille beaucoup, regarde beaucoup mes enfants, mes nièces et tous les enfants de ma sœur et de mon frère.

Elle est grand-mère de treize enfants. C'est trop beau.

J'aime beaucoup ma mère!



EN PLEIN CŒUR



COUP DE CŒUR



ÇA ME FAIT CHAUD AU CŒUR



AVOIR LE CŒUR SUR LA MAIN

Hafsa

L'amour de la famille

J'ai à cœur de vivre avec ma petite famille et je suis fière lorsque j'aide mes filles à faire de meilleurs choix et que je leur donne l'espace pour dépendre d'elles-mêmes et renforcer leur personnalité.

Parfois, j'emmène mes filles au jardin pour cueillir des fleurs et j'aime faire une couronne de fleurs avec elles.

C'est ça, l'amour de la famille.

Ibtissam

J'aime parler...

J'aime parler à ma mère et à mon père parce que ma journée est heureuse. Parce qu'ils sont le secret de mon bonheur dans ce monde.

Ma mère et mon père sont ceux qui me donnent une solution à chaque problème que j'ai. Ils me donnent de l'énergie positive dans ma vie. Je ne peux pas vivre sans eux parce que je suis la petite dernière. Malgré tout, j'ai grandi, mais à leurs yeux, je reste petite.

Birgöl

Voler librement

J'aime beaucoup les animaux car ils sont silencieux et inoffensifs, je n'ai pas autant souffert d'eux que des humains.

Je les aime tous sauf le crocodile et le serpent, bien sûr. Mon chat peut se promener autour de moi comme un ami.

Mes amis et ma famille sont importants pour moi. J'aime beaucoup ma sœur. Avant de nous marier, nous étions inséparables, puis, nous nous sommes perdues de vue pendant dix ans.

Mais maintenant que je peux retourner en Turquie où elle habite, nous sommes à nouveau ensemble. Même si c'est difficile, nous pouvons nous voir pendant les vacances.





Khaled

Ce que j'aime

Avant, ma femme et moi, nous vivions chacun dans un pays différent. Quand je suis rentré chez moi, j'ai retrouvé ma femme et je l'ai serrée dans mes bras. Nos enfants étaient tout jeunes, ils dansaient autour de nous.

Maintenant, j'ai trois enfants mariés qui ne vivent plus avec nous, et nous vivons avec les deux derniers.

Demain, j'espère que nous retournerons tous dans notre pays et que nous vivrons à nouveau tous ensemble.



Noémie

Les garçons sont faits pour danser

Je m'appelle Bruno, j'ai 10 ans et j'habite en Belgique.

Quand j'étais plus petit, je suis tombé nez à nez avec des chaussons de danse dans la vitrine d'un magasin en plein cœur de Bruxelles.

Ma maman a dit oui pour me les acheter, et m'a inscrit à un cours pour apprendre à danser comme une ballerine.

J'ai adoré !

Depuis, je danse, et quand je danse, mon cœur bat plus vite, je vis, je vibre !

Au début, mon papa ne voulait pas.

Il a dit :

– La danse, c'est pour les filles !

Mais ma passion, c'était plus fort que moi, plus fort que tout.

Il a fini par comprendre que si je ne danse pas, je pleure, je meurs.

Alors maintenant, je danse.

Et mon cœur bat plus vite, je vis, je vibre...

Aicha

Voyager

J'ai à cœur de voyager pour connaître des choses que je ne connais pas et changer la routine.

J'ai voyagé à Amsterdam. Elle est très belle. Il y a beaucoup de nature. Il y a des gens gentils et des plats délicieux.





Isabelle

Carnaval

Princesse d'un jour
Se couvre le corps de boue
Juste les yeux
 le nez
 la bouche
 encore intacts
 ouverts au soleil
Bras en croix
 offerts à la joie
Boue qui nettoie
Être qui transgresse
Corps qui masque
 sa beauté
 sa jeunesse
 ses appareils
 qui ose la boue
 le sauvage
 qui offre au jour
 sa légèreté
 loin des piqûres
 et des paillettes
 sans crainte des regards
 ni des cases

Éclat d'être

Le portrait d'Inci

Inci est entrée dans un café parce qu'elle ne retrouve pas le chemin de sa maison, qui est très loin, au bord de la mer. Alors, cet homme qu'elle ne connaît pas s'est assis en face d'elle et il lui a demandé s'il pouvait dessiner son visage qui est très beau.

Mais le temps passe, et tout à coup, c'est la nuit, et elle se rappelle qu'elle est perdue, elle ne sait pas où elle est.

« – Regardez le beau dessin qu'Ali m'a fait !

- La prochaine fois, ne t'éloigne plus de nous !
- Un grand merci, Monsieur, de vous être occupé de notre fille. Votre dessin est magnifique.
- Je vous en prie. Je vous offre le portrait d'Inci.
- Merci ! On va rester en contact.
- Oui, Ali est très gentil. Je veux qu'il devienne mon ami !
- Faisons la fête et partageons un repas ensemble !»

1 Inci se prononce «Aïnnedji». Ça veut dire «perle» en turc.

2 Le tremblement de terre le plus récent à Isanbul date du 23 avril 2025.

Les adultes sont solidaires
pour garder les enfants malades.

CHÈRE MADAME NOËMIS !

Pour espérons que tu vas H. bien, que
Tu as plus rien de toi.

nous t'aimons beaucoup et nous
espérons te revoir bientôt.

Tu Nous Manques.

Courage À Toi.

Don rétablissement !

Suna GÜVEREN 

BAHRJE BECIRI 

Hafsa 

Hasbi 

Mohamad 





Noémie

Les traits pour dire

Quand j'étais petite, mes parents, qui étaient instituteurs, m'ont emmenée voir beaucoup d'expositions.

Ils me rapportaient du matériel pour dessiner, comme de grands rouleaux à dessins, des crayons, des marqueurs, des carnets...

Je dessinais des heures dans ma chambre, allongée par terre, assise à mon bureau ou devant la télé du salon.

Aussi, ils avaient beaucoup de livres d'art et de bandes dessinées que je piochais dans la bibliothèque, ouvrais, feuilletais et dévorais à ma guise, pendant des heures.

Maintenant, dessiner, c'est ma manière de m'exprimer, de raconter des histoires, de méditer, de me concentrer, de me calmer, d'avoir des idées... et tellement d'autres choses encore.

Dire tout ce qu'on ne peut dire ou écrire avec les mots.



Bahrije

Ma passion, c'est la cuisine

Ma passion, c'est faire la cuisine: préparer le pain, les crêpes, les pâtes, les gateaux.

Quand j'étais enfant, j'aimais beaucoup préparer les plats avec ma maman, mon frère et mes soeurs. J'ai appris avec eux à faire des crêpes, du pain et un cake avec du pudding et des fruits.

Maintenant, j'aime cuisiner pour moi, mon mari, les enfants, les amis qui viennent à la maison. Ils sont tous très contents que je fasse la cuisine tous les jours, et chaque jour un plat différent. Je crée de nouvelles recettes. Par exemple, des pâtes avec du fromage, des pommes de terre et de la salade. Je me sens heureuse, relaxée quand je suis en train de préparer le repas.

Manger ensemble, c'est bien. Parler ensemble, raconter sa journée autour d'un bon repas, c'est quelque chose que j'aime.

Demain, je préparerai des *chicken wings* avec des pommes de terre et, comme dessert, du riz au lait.



Khaled

J'ai à cœur

J'ai à cœur de visiter mon pays pour voir ma famille.

J'ai à cœur d'apprendre bien le français pour devenir professeur de français.

Je m'appelle Khaled. J'ai à cœur de rencontrer des amis belges pour apprendre le français car ce sont des gens bien. Ils sont très gentils.

J'ai à cœur d'avoir une voiture.

J'ai à cœur de me marier avec deux femmes.

J'ai à cœur de faire du sport tous les jours.

J'ai à cœur de sentir les roses chaque matin.

J'aime la vie car je peux me faire de bons amis et j'aime voyager pour découvrir de nouvelles villes et rencontrer des amis de tous les pays.

J'aime partager avec mes amis et échanger sur un sujet.

Texte collectif

Cadavres exquis¹

Les mains sont de bon cœur pour les sourires des enfants du monde, en musique.

Les adultes sont amoureux pour cuisiner les professeurs travailleurs en marche.

Les cheveux noirs sont tristes pour garder les sourires tranquilles en avion.

Les membres de la famille sont palpitants pour manger les enfants joyeux en Syrie.

Les enfants sont amoureux pour obtenir de l'aide que la paix se répande à la mer.

Les enfants sont adultes pour jardiner.

Mon cœur court pour aider les enfants malades.

¹ Le jeu du «cadavre exquis» : on écrit sur une feuille un mot ou un groupe de mots selon une consigne (groupe nominal, verbe, complément de but...), on plie la feuille vers l'arrière pour cacher les mots et on la passe à son voisin ou sa voisine, qui écrit d'autres mots, selon une nouvelle consigne. Et on continue la ronde de mots autant de fois qu'on le veut. On peut faire ce jeu en dessin : tête, corps et jambes ou pattes sont réalisées, au hasard, par trois personnes.

Isabelle

Hermanas de corazón

Dos hermanas de corazón
Encontré en Besançon
Su mirada de ternura
me tocó el alma

En silencio
Las tres tejamos
Una tela de seda
Hilos de rojo, azul y blanco

Tres ángeles de María
Luz dulce
Como la leche
Saliendo fuera

Presencia
Fantasía
Y miel
Cobren las heridas

Regalo del cielo
Cada día
Y mas allá.

Isabelle

Sœurs de cœur

J'ai rencontré à Besançon
Deux sœurs de cœur
Leur tendre regard
M'a touché l'âme

Toutes les trois
En silence
Nous avons tissé une toile de soie
Fils rouges, bleus, blancs

Trois anges de Marie
Une douce lumière
Comme le lait
S'écoule à l'air

Présence
Fantaisie
Et miel
Recouvrent les blessures

Cadeau du ciel
Chaque jour
Et au-delà.

Hafsa

Un morceau de bonheur

La nature est un coin de paradis sur Terre, nous attendons la fin d'une semaine difficile pour échapper au bruit de la ville, profiter de la verdure, des couleurs des fleurs et du chant des oiseaux, comme s'ils chantaient sur une estrade et que nous étions leur auditoire.

C'est pour ça que j'aime me promener, en famille, me remémorer mon enfance loin des smartphones. Être en famille, ça me fait chaud au cœur.





Nassim

Ramener mes souvenirs

J'aime marcher seule. Je marche rapidement, puis je m'assois dans le parc. Ça me rappelle la montagne.

Je me souviens des choses qui se sont passées avant, dans ma vie, de mon mari, de mes enfants et de mon pays. Je réfléchis profondément et je pense à comment rendre heureux ceux que j'aime.

Ça me fait du bien de pleurer. Je ressens des sentiments mélangés. Je pleure et je me sens très triste d'avoir perdu mon mari, mais je me sens heureuse avec mes enfants et leur réussite actuelle et future. Je suis fière d'eux.

Texte collectif

Faites quelque chose de positif pour la collectivité
afin de répandre l'amour et la paix.







Les auteurs et autrices

Mais qui sont-elles ? Et qui sont-ils ?

Aicha est mariée. Elle a des enfants. Elle est contente avec sa famille. Elle est tranquille. Elle aide les autres personnes. Elle aime bien cuisiner et voyager. Elle souhaite une très bonne santé à tout le monde.

Bahrije est albanaise. Elle est mariée et a trois enfants qu'elle aime. Elle aime aussi beaucoup son mari, ses parents, sa famille. Elle est calme. Elle aime travailler avec d'autres personnes. Elle aime beaucoup le cours de français. Elle aime beaucoup le cours de français et les fleurs.

Birgül est calme, discrète, tranquille et gentille, et elle respecte les autres. Elle aime les animaux, le travail et les gens. Même si son cœur est brisé.

Elena est une personne très calme et responsable. Elle aime la vérité et déteste les mensonges. Elle aime aider et soutenir les autres. Elle aime vraiment passer du temps avec sa famille, faire des promenades en voiture et faire de nombreuses activités familiales.

Hafsa est une femme gentille. Elle aime beaucoup son pays. Son visage a toujours le sourire. Elle travaille avec les autres. Elle a beaucoup d'amour et souhaite toujours du bien aux gens du monde entier.

Ibtissam...

Isabelle travaille avec cœur. Elle est calme, gentille, sympa. Elle respecte les autres et aime quand leur énergie propre se déploie librement. Elle tente de désengluer ses ailes, pour que son corps, son esprit, son âme et ses carnets soient caressés d'un souffle léger et doux.

Khaled est un homme poli. Il est syrien. Il est gentil. Il est respecté et aimé par tous ses collègues. Il est parfois rapide. Il sourit toujours et est heureux.

Mohamad est une personne calme. Il n'aime pas être dérangé. S'il aime quelqu'un, il l'aime de tout son cœur.

Nassime est une femme très souriante et calme, mais elle est fatiguée d'être calme. C'est une femme responsable et honnête qui se bat durement et qui est forte.

Noémie est créative. Elle est gentille, dynamique, active et elle aime la vie. Elle travaille beaucoup pour donner le mieux possible les cours de français pour comprendre et se faire comprendre.

Rida est un homme. Il est syrien. Il est calme, gentil et respectable.

Suna est une femme. Elle est quelqu'un qui aime faire écouter de la musique et s'amuser. Elle peut être heureuse même en buvant du café. Elle n'aime pas le stress. Elle peut être très agitée.



Les lieux traversés

L'itinéraire du Collectif des Oiseaux migrateurs

Maison de Quartier d'Helmet – Schaerbeek

L'asbl *Maison de Quartier d'Helmet* (MQH) est une asbl basée à Schaerbeek qui propose de nombreuses activités. Elle s'organise autour de plusieurs axes : Insertion Socio-Professionnelle, Cohésion Sociale et Éducation Permanente, Primo-arrivant·e·s.

C'est une association qui favorise l'insertion, la solidarité et le changement social.

Ses bénéficiaires sont âgé·e·s de 4 à 77 ans, c'est un public large, multiple et issu de cultures et d'horizons divers, une vraie richesse !

Les actions proposées par la MQH sont des formations pour adultes, notamment l'apprentissage du français, des parcours d'insertion et de citoyenneté, d'alphabétisation, des ateliers socioculturels et d'éducation permanente.

Pour les enfants, des activités telles que l'école de devoirs, des ateliers créatifs et des stages pendant les vacances sont organisées.

Ces actions visent à stimuler la communication, la créativité, la solidarité et la citoyenneté au sein du quartier, à prévenir toute forme d'exclusion sociale et permettent de rendre possible une participation active et harmonieuse du public dans la société, dans la mixité et l'interaction des cultures.

Centre culturel de Schaerbeek

Le *Centre culturel de Schaerbeek* est situé au cœur d'un quartier où se côtoient et se mêlent des populations de diverses origines et cultures. Il est devenu, non seulement par la force de cette

réalité, mais aussi par l'enthousiasme de l'équipe qui le porte, le lieu d'expression par excellence de cette diversité citoyenne. Sa mission est de promouvoir la culture et l'accès à des événements artistiques pour toutes et tous.

Radio Air Libre – Forest

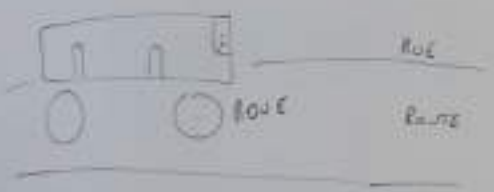
www.radioairlibre.net

Radio Air Libre est une radio libre associative bruxelloise reconnue par la Fédération Wallonie-Bruxelles. Sans sponsor et sans publicité, elle est gérée collectivement par ses membres, animatrices et animateurs. Depuis sa création en 1980, Radio Air Libre existe pour celles et ceux qui trouvent trop souvent porte close dans les médias traditionnels et offre une information critique. Pour conserver sa totale liberté d'expression, Radio Air Libre est complètement indépendante de tout groupe politique ou commercial. Depuis 1980, des centaines de personnes ont assuré l'existence de la radio. La radio y est vue comme un dialogue et non comme un rinçage d'oreilles... On peut désormais l'écouter en streaming ou en podcast, via son nouveau site Internet.

Une émission a été enregistrée à la Maison de Quartier d'Helmet, en studio mobile, le 5 juin, et diffusée le 10 juillet 2025. Elle est désormais téléchargeable sur le site Internet de Radio Air Libre.¹

¹ <https://radioairlibre.net/emissions/des-livres-pour-dire/174-a-coeur-ouvert-par-le-collectif-des-oiseaux-migrateurs>





Remerciements

Le Collectif des Oiseaux migrants, la Maison de Quartier d'Helmet et ScriptaLinea remercient

Le Collectif des Oiseaux migrants remercie...

... tous les formateurs et toutes les formatrices pour leur gentillesse et leur accueil,

... les animatrices pour leur aide et les participants et participantes pour avoir travaillé ensemble et avec cœur au projet.

ScriptaLinea remercie...

... l'équipe de la Maison de Quartier d'Helmet, et en particulier Noémie Barsolle et Marie Verlant, pour leur confiance et leur soutien au projet des collectifs d'écrits ;

... Sefora Ben Moussa, pour son ouverture et son enthousiasme à animer les émissions radio ;

... Didier van Pottelsberghe, pour sa créativité dans le graphisme du recueil ;

... Véronique Lardo, pour la relecture attentive du recueil.

Merci, pour leur accueil dans leur espace ou sur leurs ondes, au Centre culturel de Schaerbeek et à Radio Air Libre.

Merci aussi à tous ceux et à toutes celles qui, de près ou de loin, ont contribué à la réalisation de ce recueil. Le Collectif des Oiseaux migrants, la Maison de Quartier d'Helmet et ScriptaLinea leur sont très reconnaissants pour leur appui et leur confiance.

Merci enfin, pour leur confiance et leur soutien, à la Commission communautaire française et à la Fédération Wallonie-Bruxelles, ainsi qu'à la Commune de Schaerbeek, grâce à qui ce projet a pu prendre corps.

Le recueil de textes *À cœur ouvert* a été présenté à la Maison de Quartier d'Helmet le 26 juin 2025 et sur les ondes de Radio Air Libre le 10 juillet 2025¹.



¹ <https://radioairlibre.net/emissions/des-livres-pour-dire/174-a-coeur-ouvert-par-le-collectif-des-oiseaux-migrants>



Avec le soutien de la Commune de Schaerbeek,
de la Commission communautaire française
et de la Fédération Wallonie-Bruxelles.



Le graphisme du recueil a été réalisé par Didier van Pottelsberghe.

Les illustrations et les photos reprises sur la couverture et dans le recueil ont été réalisées
par les membres du Collectif des Oiseaux migrants.

Le présent exemplaire ne peut être vendu.
Téléchargeable sur www.scriptalinea.org

Pour tout don à l'asbl ScriptaLinea :
IBAN BE42 5230 8059 5254/BIC TRIOBEBB (Triodos)

D/2025/13.013/3



